BILDUNGSURLAUB IN DER STADT

VHS IM SOMMER

MAI 2015 – SEPTEMBER 2015

volkshochschule stuttgart

www.vhs-stuttgart.de

volkshochschule stuttgart, Fritz-Elsas-Straße 46/48, tel 0711 1873-800, fax 0711 1873-709, info@vhs-stuttgart.de | Foto: Christoph Aron/pixelio.de

Wissen trägt Früchte

INHALT

MIT DER VHS UNTERWEGS 01

Stadtportrait Stuttgart 4
Stuttgart und seine Stadtteile 7
Leben in Stuttgart 7
Blick in die Region 8

KUNST, KULTUR UND AKTIONEN 02

Besondere Veranstaltungen 10
Film, Medien, Multimedia 11
Fotografie 12
Kreatives Schreiben 15
Theater 15
Musik 15
Konzerte und Aufführungen 17
Künstlerisches Gestalten – Kunsthandwerk 17
Werkstatt Mode Nähen 20

FÜR KINDER UND JUGENDLICHE 03

Kinderakademie 24
Ferienprogramm 25
Computerkurse für Kinder 26

SOMMER IN DER VHS ÖKOSTATION 04

Naturerlebnisse für Kinder 28
Naturerlebnisse für Familien 28
Mobilität 29
Ökologie und Gartenbau 29
Naturwerkstatt 30
Entspannen in der Natur 31

FIT IN DEN SOMMER 05

Stressbewältigung und Entspannung 34
Yoga und Meditation 35
Tanz und Rhythmus 37
Gymnastik, Fitness, Selbstverteidigung 40
Outdoor 42

BILDUNGSURLAUB IN DER STADT 06

Sommerakademie 44
Philosophie und Religion 44
Geschichte 44
Kunst 45
Literatur 45
Politisches Forum 46
Interkultureller Dialog 47
Sprachen 48
Arabisch 48
Chinesisch 48
Englisch 48
Französisch 50
Griechisch 50
Italienisch 50
Japanisch 51
Kroatisch 51
Latein 51
Norwegisch 51
Polnisch 51
Portugiesisch 51
Schwedisch 51
Spanisch 52
Türkisch 52
Deutsch als Gebärdensprache 53
vhs für Schule und Studium 53
Schulabschlüsse – 2. Bildungsweg 53
Hauptschulabschluss 53
Realschulabschluss 54
Wissen für Beruf und Alltag 55
Berufliches Grundwissen 55
Computerkurse 55
Kommunikation – Sprechen, schreiben, sicheres Auftreten 62
Stil und Persönlichkeit 65
Psychologie 65
Geld und Versicherungen 68

KOCHEN UND GENIESSEN IM SOMMER 07

Für Einsteiger 70
Für Geübte 70
Für Kinder und Jugendliche 70
Gesund ernähren – fit bleiben 71
Vegetarische und vegane Küche 71
Internationale Küche 72
Mehr als ein Getränk 74
Süßes und Backen 74

INFORMIEREN UND BERATEN 08

Beraten 76
AGB 78
Informieren & Anmelden 80

Alle Bildungsangebote der vhs sind grundsätzlich offen für alle Menschen. Die Angebote, die mit Unterstützung des Sozialministeriums und in Zusammenarbeit mit Partnern der Behindertenhilfe konzipiert wurden, sind speziell auch für Menschen mit Lernschwierigkeiten geeignet. Sie sind zu erkennen an unserem Logo.

vhs Inklusion

MIT DER VHS UNTERWEGS 01

Foto: Volkshochschulverband Baden-Württemberg e.V.

Stadtportrait Stuttgart

Im Juli: Drehscheibe zur Welt – Der Stuttgarter Flughafen
Führung für Menschen zwischen 7 und 99 Jahren
Entdecken Sie mit uns den Stuttgarter Flughafen und erleben Sie alleine oder mit Ihrer Familie einen interessanten Nachmittag während der zweistündigen Flughafenführung.
Zur Einführung sehen Sie einen Film. Anschließend besuchen die Terminals, die Personen- und Zollkontrolle und machen eine Rundfahrt über das Vorfeld, bei der Sie die wartenden Flugzeuge und die Einsatz-Fahrzeuge der Feuerwehr aus nächster Nähe besichtigen können. Dann geht es weiter in das Untergeschoss des Flughafens, zur beeindruckenden Gepäckbeförderungs- und -verteilungsanlage. Im Anschluss können Sie eigenständig das Flughafen-Museum besuchen, Flugzeuge bei Start und Landung beobachten oder eine Kleinigkeit essen gehen. Die Führung wird vom Fachpersonal des Stuttgarter Flughafens durchgeführt.
Bitte bringen Sie keine Taschenmesser, Scheren, Nagelfeilen, Werkzeuge oder ähnliches zur Führung mit.

151-08145
Franz Reich
So 12.07.15 14.00–16.15
EUR 12.00 / EUR 6.00 Kinder
Anmeldung erforderlich
Treffpunkt: Flughafen Stuttgart, Haupteingang des Airport Office, 70626 Stuttgart
eigene Anreise

Den Neckar erleben, Zusammenhänge erfahren
Rundgang und Besichtigung der Staustufe Cannstatt mit Schleuse für Menschen zwischen 10-99 Jahren
Der Neckar ist heute auf einer Länge von 203 Kilometern von Plochingen bis Mannheim für Großmotorgüterschiffe befahrbar. Es werden rd. 7,5 Millionen Tonnen Güter transportiert, was die Fernstraßen um ca. 400 000 LKWs entlastet. Der Neckar ist auch Energiequelle zur Wasserkraftnutzung, Hochwasserabflussrinne, Landschaftspark zur Erholung und bietet vielfältige Lebensräume für Tiere und Pflanzen.
Zum Fluss gehören auch die großen Ingenieurbauwerke des Wasserbaus – die Staustufen. Die Staustufe Cannstatt ist eine Flussstaustufe und besteht in Fließrichtung des Neckars aus einer Doppelschleuse am rechten Ufer, einem von Paul Bonatz 1927-1930 geplantem Wasserkraftwerk am linken Ufer und einem zweifeldrigen Wehr in der Mitte. Erfahren Sie beim Rundgang über die Staustufe Cannstatt viel Wissenswertes zu dem System Neckar und Schifffahrt.
Bitte achten Sie auf festes Schuhwerk und dem Wetter angepasste Kleidung! Die Besichtigungstour über die Staustufe ist nicht barrierefrei. ▸

151-08160K
Walter Braun
Fr 08.05.15 16.00–18.00
EUR 4.00
Anmeldung erforderlich
Treffpunkt: Schleusenzufahrt Cannstatt, Schöne Straße, 70372 Stuttgart (rechtes Ufer unterhalb König-Karlsbrücke)
Erreichbar mit ÖPNV:
U1 u. U2 Haltestelle Mercedesstraße auf der König-Karls-Brücke oder U14 Wilhema

VIP-Tour: Die Mercedes-Benz-Arena
Führung für Menschen mit Fußballleidenschaft zwischen 10 und 99 Jahren.
Vergessen Sie „business as usual" und erleben Sie die Mercedes-Benz Arena aus exklusivem Blickwinkel!
Entspannen Sie auf den gepolsterten Ehrengastplätzen und erleben Sie in exklusiver Atmosphäre die neu gestalteten Business Bereiche der Mercedes-Benz Arena, die zweifelsfrei zu den schönsten der Bundesliga gehören.
Erleben Sie Stuttgarts populärste Top Location mit ihren Business Logen und dem ganz speziellen Flair. Nach einem Sekt-Umtrunk in der VfB Ehrenloge und der Besichtigung der Soccer Lounge in der Untertürkheimer Kurve, erwartet Sie eine kurzweilige und spannende Führung. Selbstverständlich dürfen bei dieser Tour auch der Medien- und Kabinenbereich nicht fehlen.

151-08200
Fr 31.07.15 17.00–18.45
EUR 19.00 Gebühr inkl. einem Glas Sekt oder Softdrink in der VfB-Ehrenloge
Anmeldung erforderlich
Anmeldeschluss 20.06.2015
Treffpunkt: bei der Theke im VFB-Fan-Center, Mercedesstraße 73A, 70372 Stuttgart

Luftschutz in Stuttgart – Der Pionierstollen in Mühlhausen
Besichtigung mit Führung für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren
Einer der wenigen in Stuttgart noch vorhandenen ehemalige Luftschutzstollen ist in Mühlhausen – der einzige, der noch begangen werden kann.
Er besteht eigentlich aus drei Stollen. Einer davon ist ein Industriestollen für die Untertagelagerung, der während der Nazizeit streng geheim war. Die anderen beiden waren Schutzstollen für die Zivilbevölkerung und boten den Menschen Schutz und Überleben vor den Bomben der Alliierten.
Während der Führung erfahren Sie alles über den Bau, die Nutzung und auch so manches Geheimnis dieses Bauwerkes.
Steigen Sie hinab in die Geschichte von Stuttgart. Alleine die Geologie des Muschelkalkes, die man hier erleben kann, ist ein Besuch wert.
Bitte mitbringen: Taschenlampe. Bitte achten Sie auf gutes Schuhwerk und warme Kleidung. Das Tragen von Schutzhelmen ist Voraussetzung für die Teilnahme. Helme werden auf Wunsch gestellt.
Die Wegstrecke beträgt 1 km, sie ist nicht barrierefrei. ▸

151-08300
Paul Zielfleisch
Schutzbauten e.V.
Sa 25.07.15 15.30–16.30
EUR 19.00
Anmeldung erforderlich
Treffpunkt: Parkplatz vor dem Rathaus Mühlhausen, Mönchfeldstr. 35, 70378 Mühlhausen

Die Weissenhofsiedlung und das Haus Le Corbusier
Architektur im Stil des Bauhaus
Führung und Rundgang
Die Weissenhofsiedlung ist eines der bedeutendsten Zeugnisse der Modernen Architektur. 1927 als Bauausstellung unter der künstlerischen Leitung von Mies van der Rohe entstanden, war sie bei den Stuttgartern selbst nicht immer freundlich als „Klein Tunesien"oder „Araberdorf" verschrienen. Heute gilt sie als weltweit einzigartige Siedlung, in der die Wohnentwürfe der bedeutendsten Architekten des Bauhaus unmittelbar nebeneinander betrachtet werden können. Das 2002 von der Stadt erworbene Doppelhaus, entworfen von Le Corbusier, wurde nach Originalplänen Instand gesetzt und mit der damaligen Einrichtung ausgestattet.
Der Rundgang in Siedlung und Haus bietet Ihnen so einen lebendigen und anschaulichen Eindruck von den damals neuartigen Wohn- und Lebensentwürfen für den modernen Großstadtmenschen.

151-08450
Manfred Ulmer
Fr 17.07.15 16.00–18.00
EUR 15.00/EUR 12.00 Ermäßigung , Gebühr inklusive Eintritt, Führung und Rundgang
Anmeldung erforderlich
Weißenhofmuseum im Haus Le Corbusier, Rathenaustr. 1, 70191 Stuttgart

Die Schlosskirche im Alten Schloss
Führung
Die Schlosskirche und ihre Umgebung sind Zeugnisse der ältesten Stadtgeschichte. Sie ist die erste evangelische Kirche im Herzogtum Württemberg und wurde 1562 im Stil der Renaissance erbaut. Durch die Querorientierung des Raumes befinden sich Altar und Kanzel in der Mitte der versammelten Gemeinde.
1865 erfolgte durch König Karl die Umgestaltung der Hofkirche im neugotischen Stil. Nach dem Ende des Königtums in Württemberg finden bis heute evangelische Gottesdienste statt.
Kommen Sie mit uns zur Führung und entdecken Sie diese zauberhafte königliche Kirche!

151-08470
Heide Quandt
Sa 13.06.15 17.00–18.30
EUR 9.00
Anmeldung erforderlich
Treffpunkt: Innenhof Altes Schloss am Reiterdenkmal, 70173 Stuttgart

Der alte Stadtkern Stuttgarts mit Karlsplatz und Markthalle
Stadtspaziergang
Die ältesten Zeugnisse Stuttgarts finden wir in der Innenstadt. Wir besichtigen auf unserem Spaziergang nicht nur die wichtigen historischen Straßen und Plätze, sondern erfahren ebenso wesentliche Dinge über die angrenzenden Gebäude. Im Stadtkern lebten zahlreiche berühmte Persönlichkeiten. Selbstverständlich sind in allen Informationen auch wissenswerte Erzählungen über das königliche und bürgerliche Leben im Herzen Stuttgarts enthalten.

151-08550
Heide Quandt
Sa 04.07.15 14.30–16.00
EUR 9.00
Anmeldung erforderlich
Treffpunkt: Innenhof Altes Schloss am Reiterdenkmal, 70173 Stuttgart

Oh welch ein Stuttgart-Glück: Stäffele rauf und wieder zurück!
Literarische Stäffeleswanderung
„Ist nicht jede Stufe, die man augenblicklich aufwärtssteigend betritt, ein Glück?", jubelte der Schriftsteller Wilhelm Raabe, der 1862 bis 1870 in Stuttgart lebte.
So machen wir es auch!
Glücklich erklimmen wir mit Geschichten von Herzog Eugen, der Sängerin Anna Sutter, dem ehemaligen tiefroten Kommunisten Winfried Kretschmann und Möpsen auf Säulen die Stuttgarter Stäffele, hören Gedichte zur prachtvollen Lage Stuttgarts und gelangen so zum Galatea-Brunnen und zum Kanonenhäusle. Über die Gänsheide geht es stadtgeschichtlich und poetisch über die Georg-Elser-Staffel und die Sünderstaffel wieder hinunter.
Wir halten aber immer wieder inne, denn: „Ist nicht jeder Treppenabsatz, auf dem man einen Moment innehält und sich nochmals fasst, eine Seligkeit"?
Bitte achten Sie auf geeignetes Schuhwerk.

151-08560
Bernd Möbs
So 14.06.15 15.00–18.00
EUR 14.00
Anmeldung erforderlich
Treffpunkt: Freitreppe des Opernhauses. Oberer Schlossgarten, 70173 Stuttgart

Vom Bismarckturm zum Chinesischen Garten – Eine Stäffele-Wanderung von oben nach unten in Stuttgart-Nord
Wir beginnen unsere Tour am Bismarckturm, von hier genießen wir einen weiten Blick auf den Talkessel. Der Weg führt an vornehmen Villen vorbei und wir sehen uns an, wo so bekannte Leute wie Ferdinand Porsche, Paul Bonatz, die Lederfabrikantenfamilie Roser oder Altbundespräsident Theodor Heuss gewohnt haben. Dann geht es über idyllische Stäffele hinunter zur Birkenwaldstraße. Hier befindet sich auch der älteste bekannte Weinberg der Stadt, die „Mönchhalde".
Immer wieder bieten sich wunderschöne Ausblicke auf den Talkessel. Vorbei an der Villa Hackländer, die eigentlich auf der anderen Talseite stand, erreichen wir den Garten der schönen Melodien, den „Chinesischen Garten". Über die Staffel, die durch das ehemalige „Postdörfle" führt, erreichen wir die „Brücke des 21. Jahrhunderts" im Europaviertel am Hauptbahnhof.

151-08565
Herdana Stöhr
Sa 18.07.15 10.00–12.30
EUR 11.00
Anmeldung erforderlich
Treffpunkt: Bushaltestelle „Am Bismarckturm" (Buslinie 43) Kräherwaldstraße 70192 Stuttgart

Stuttgart Süd: Vom Städtischen Lapidarium zu den Jugendstilhäusern am Schwabtunnel weiter zum Heslacher Hallenbad
Stadtspaziergang Stuttgart Süd mit Rundgang im Lapidarium
Der wunderschöne Skulpturengarten am Fuße der Karlshöhe bewahrt zahlreiche steinerne Zeugen der Stadtgeschichte. Nach dem Vorbild italienischer Renaissancegärten wurde er von dem Fabrikanten Karl von Ostertag-Siegle, einem Schwiegersohn Gustav von Siegles, gestaltet. Nach einem Rundgang im Garten und Betrachtung der bedeutendsten Bauteile, Steine und Skulpturen geht es vorbei an den nach den beiden schwäbischen Humoristen benannten Stäffele, welche Älteren noch als Häberle und Pfleiderer bekannt sind. Besonders prächtige Jugendstilfassaden finden sich vor dem Schwabtunnel, erbaut 1894 als der erste Innenstadt- und Verkehrstunnel Europas. Im sachlichen Stil der Moderne dagegen präsentiert sich treppabwärts das 1929 eröffnete Heslacher Hallenbad mit der damals größten Schwimmhalle Deutschlands.

151-08580
Sabine Lutzeier
Sa 16.05.15 15.00–16.30
EUR 9.00
Treffpunkt: Vor dem Eingang des Städtischen Lapidarium, Mörikestraße 24/1, 70199 Stuttgart

Stuttgart und seine Denkmäler. Mehr als Stadtmöbilierung?
Stadtspaziergang
Sie sind einfach so da und begegnen uns. Wir beachten sie meist gar nicht. Wir haben relativ wenig Interesse an ihnen. Manchmal dienen sie als touristisches Fotomotiv.
Meist bleiben sie unbeachtet und dennoch begleiten sie uns täglich auf unseren
Wegen. Sie sind allgegenwärtig im öffentlichen Raum, auf Plätzen, an Fuß- und Überwegen, in Parks, in und an Gebäuden, bei Kulturstätten, überall eben:
Denkmale, künstlerische Platzgestaltungen, Kunst am Bau, schmückendes Beiwerk, Mahnmale, Gedenktafeln und -stätten.
Sie sind Platzhalter und Stadtmöblierung, wollen und sollen die Stadt verschönern, uns zum Nachdenken anregen, Aufmerksamkeit verursachen oder uns für ein eigenes Kunstverständnis inspirieren. ▶

151-08585
Carola Franke-Höltzermann
Di 16.06.15 17.00–19.00
EUR 11.00
Anmeldung erforderlich
Treffpunkt: vor dem Eingang Schauspiel/ Kleines Haus, Oberer Schlossgarten 6, 70173 Stuttgart

Zur Tea-Time im Heugsteigviertel
Stadtspaziergang und Teeverkostung
Der Nachmittag beginnt mit einer Führung im Heusteigviertel, ein beliebtes um 1900 entstandenes Stuttgarter Wohnviertel. Geschichten(n) und Anekdoten gibt es hier viele zu erzählen!
Hier haben auch die Hazlewood's ihren liebevoll gestalteten Teeladen eröffnet – ein bisschen englischen Flair haben sie mitgebracht nach Stuttgart. Ca. 60 ausgewählte Teesorten, von den besten Teeplantagen der Welt, bieten sie zum Kauf an. An diesem Nachmittag werden sie uns über die Geschichte des Teeanbaues informieren und über die Verarbeitung der Teeblätter. Wir erhalten einen Überblick über die verschiedenen Teesorten, deren besondere Merkmale und wie man diese richtig zubereitet. Natürlich werden wir auch einige Teesorten probieren. Dazu werden – wie beim Afternoon-Tea üblich – ein schottischer Keks und Scones mit Sahne und Erdbeermarmelade gereicht.

151-08590
Herdana Stöhr
So 05.07.15 14.15–17.00
EUR 32.00 incl. Führung, Teeseminar und Teeverkostung
Anmeldung erforderlich
Treffpunkt: Wilhelmsplatz am Sigmund-Brunnen, 70173 Stuttgart

Saufen und Dichten zwischen Bohnen im Rotlicht
Literarischer Stadtspaziergang
Im Bohnenviertel, dem historischen Stuttgarter Stadtviertel mit engen Gassen und Fachwerkhäusern, trafen sich saufende Dichter und dichtende Säufer. Hierher flüchtete Schiller und trank schlechten Wein, hier dichtete Wilhelm Hauff aus Langeweile. Privatdetektiv Georg Dengler, ein moderner Krimi-Privatdetektiv, gammelt in seinem Stammlokal herum, die literarische Hautevolee trifft sich in der Weinstube Fröhlich oder in der „Kiste" und wir uns zum Schluss beim besten Kartoffelsalat Stuttgarts beim „schwäbischen Türken" Burhan im Murrhardter Hof.
Nach der Führung ist ein Besuch im „La Strada" der Caritas in der Jakobstraße geplant, der Anlaufstelle für Armutsprostituierte.

151-08610
Bernd Möbs
Fr 31.07.15 17.00–20.30
EUR 17.50 Gebühr inkl. Kartoffelsalat
Anmeldung erforderlich
Treffpunkt: Ecke Kanalstraße, Esslinger Straße, vor Weinstube „Kiste".
Endpunkt: 70173 Stuttgart, Wilhelmsplatz

Bad Cannstatt – Vom Neckar zum Kurpark und zum Weingut der Stadt Stuttgart
Stadtspaziergang mit Weinprobe
Auf unserem Weg durch die Fußgängerzone zum Neckar kommen wir vorbei am „Klösterle“, dem ältesten bekannten Wohngebäude der Stadt, dem alten Rathaus und der Stadtkirche, deren Grundstein schon 777 von Karl dem Großen gelegt wurde. Wir erreichen die historische Wilhelmsbrücke und ein hübscher Fußweg führt am Neckar entlang zum Kurpark. Das Kurhaus im Stil des Klassizismus nach Plänen von Nikolaus von Thouret erbaut, wurde 1837 eingeweiht. Hier kurten nicht nur Könige und Königinnen, hier im Kursaal in Bad Cannstatt, traf sich damals die elegante Welt. Zum Abschluss besuchen wir das Weingut der Stadt Stuttgart. In den ehemaligen Luftschutzbunkern lagern heute die Weinflaschen. Wir erleben eine Weinprobe im historischen Travertinkeller und verkosten ausgezeichnete Weine des Weingutes mit so bekannten Namen, wie „Stuttgarter Mönchhalde“.

151-08640
Herdana Stöhr
Do 11.06.15 13.30–16.30
EUR 25.00 einschließlich Weinprobe: 3 Weine + Brezel + Wasser
Anmeldung erforderlich
Treffpunkt: Bad Cannstatt, am Wilhelmsplatz – Beginn der Fußgängerzone am Kaufhof, 70372 Stuttgart

Die Josephsgeschichte
Eine Bildererzählung in der Stadtkirche St. Germanus
Führung in leichter Sprache
H.A.P. Grieshaber (1909–1981) schuf für die evangelische Stadtkirche in Untertürkheim Kirche eine Wand aus 6 X 6 Bild-Reihen. Gemäß seiner Forderung nach ‚größerer Lebendigkeit und stärkerem Ausdruck‘, gestaltete er Linolschnitte. In der eindringlichen Geschichte des Alten Testaments kommen die großen Themen der Menschheit zum Klingen: Schuld und Sühne, Leben und Tod, Krieg und Frieden, Unterdrückung und Freiheit.

151-08740
Sabine Lutzeier
So 14.06.15 11.00–12.30
EUR 9.00 Begleitpersonen können kostenlos an der Führung teilnehmen.
vhs Inklusion
Treffpunkt: Vor dem Eingang der Stadtkirche St Germanus in Stuttgart-Untertürkheim, Trettachstraße 3, Nähe S-Bahn Haltestelle Untertürkheim
Anmeldung: Tel. 0711 1873-717
katrin.wahner@vhs-stuttgart.de

Der Rosensteinpark: Eines der beliebtesten Naherholungsgebiete in Stuttgart
Spaziergang
Bis vor wenigen Jahren war der Rosensteinpark im Bewusstsein der Stuttgarter wenig präsent. Aber erst wenn wir Liebgewonnenes ganz oder teilweise zu verlieren drohen, erfassen wir dessen Bedeutung.
Vom Treffpunkt aus gehen wir hinauf zu den beiden Parkeingangshäuschen, erfahren dort am Tunneleingang etwas über die historischen Gleisverläufe und gehen hinauf zum Schloss Rosenstein. Von dort geht es auf der Cannstatter Seite hinab zum Portal des Alten Rosensteintunnels, dessen einzigen Zugang. Nach einer kurzen Besichtigung gehen wir oberhalb der Wilhelma zum Pumpsee und hören dort über dessen historische und heutige Bedeutung. Nach kurzer Pause geht es weiter Richtung Nordbahnhof mit Schilderung vieler Eingriffe und Verwüstungen während des 2. Weltkrieges.
Zum Abschluss: über den Standort der früheren „Meierei“ zum Cafe Fossil im Naturkundemuseum.
Achtung! Führung endet an der S-Bahn-Haltestelle Nordbahnhof

151-08750
Hermann Gökeler
So 19.07.15 14.00–16.00
EUR 4.00
Anmeldung erforderlich!!
Treffpunkt: U-Haltestelle Mineralbäder
U-Bahn-Haltestelle Mineralbäder,
Am Schwanenplatz, 70190 Stuttgart

Wie funktioniert eigentlich ein Zoo? Blick hinter die Kulissen der Wilhelma
Sonderführung für Familien (Kinder ab 9 Jahren)
Auf einem Rundgang durch den Betriebshof und andere für unsere Besucher normal nicht zugängliche Bereiche wird gezeigt, welch enormer Aufwand erforderlich ist, um den Betrieb eines modernen zoologisch-botanischen Gartens sicher zu stellen. Technische Aspekte bei manchen Formen der Tierhaltung, z. B. im Aquarium, werden dabei ebenso angesprochen wie Transporte von Zootieren, die Anzucht von Pflanzen für die Schauhäuser der Botanik und vieles andere mehr.
Einen besonderen Schwerpunkt bildet ein ausführlicher Blick in die Futterküche, von wo aus tagtäglich die artgerechte Ernährung der vielen Tausend Wilhelmabewohner bewerkstelligt wird.

151-08771
Dr. Günther Schleussner
Sa 27.06.15 16.00–18.00
EUR 19.00/EUR 14.00 Jahreskarteninhaber Gebühr inklusive Tageskarte Wilhelma
Die Teilnahmekarte/Rechnung gilt gleichzeitig als Eintrittskarte.
Für weitere Ermäßigungen wenden Sie sich bitte an den Fachbereich.
Anmeldung erforderlich.
Treffpunkt: Unter den Ginkobäumen, gegenüber des Gewächshauses in der Wilhelma. Neckartalstr. 50, 70376 Stuttgart

Anna und Nabil – Giraffen und ihre Kinder in der Wilhelma
Sonderführung für Erwachsene und Kinder (ab 7 Jahren)
Mit ihrer gewaltigen Größe, ihren eigenartigen Körperproportionen und ihrer außergewöhnlich attraktiven Fellzeichnung haben Giraffen die Menschen von jeher fasziniert. Im Verlauf einer speziellen Führung wird den Teilnehmern allerlei Interessantes und Wissenswertes, aber auch Kurioses aus der Biologie und aus der Kulturgeschichte der Giraffe vermittelt. Einen besonderen Höhepunkt bilden dabei Einblicke in die Giraffenhaltung der Wilhelma, wie sie im Rahmen eines normalen Zoobesuchs nicht möglich sind.

151-08775
Dr. Günther Schleussner
Sa 30.05.15 10.00–12.00
EUR 19.00/EUR 14.00 Jahreskarteninhaber/ EUR 15.00 Schüler, Studenten (Gebühr inklusive Eintritt)/EUR 10.00 Schüler, Studenten (mit Jahreskarte) Gebühr inklusive Tageskarte Wilhelma
Die Teilnahmekarte/Rechnung gilt gleichzeitig als Eintrittskarte.
Anmeldung erforderlich.
Treffpunkt: Unter den Ginkobäumen, gegenüber des Gewächshauses in der Wilhelma. Neckartalstr. 50, 70376 Stuttgart

Besuch der Hohenheimer Gärten
Auf einem Rundgang durch das Landesarboretum Baden-Württemberg (Exotischer Garten und Landschaftsgarten) wird Wissenswertes über Baumveteranen aus herzoglicher Zeit und wertvolle exotische Gehölze angesprochen, darüber hinaus noch die vorhandenen historischen Bauwerke erklärt. Der Rundgang beginnt am Eingang Garbe an der Bushaltestelle und dauert etwa 1 1/2 bis 2 Stunden. Es gibt Sitzmöglichkeiten auf Bänken.

151-58730
Robert Gliniars
Sa 13.06.15 14.00–16.00
EUR 8.00
Treffpunkt: Plieningen, Bushaltestelle „Garbe“, Gasthaus Garbe, Filderhauptstr. 136, 70599 Stuttgart

Stuttgart und seine Stadtteile

Des Herzogs grünes Eldorado: Hohenheim
Vom Dörfle zum Campus
Kulturhistorischer Stadtspaziergang
Exotischer-, Botanischer- und Landschaftsgarten sind ein besonderer Anziehungspunkt in Hohenheim. Im Spielhaus vermittelt das Modell der Englischen Anlage einen Eindruck über die Größe des Exotischen Gartens und die Vielfalt der Baulichkeiten, die Herzog Carl Eugen von Württemberg und seine Mätresse und spätere Ehefrau Franziska in nahezu 20 Jahren errichten ließen. Beim Lustwandeln durch die Gärten begegnen wir auf einer Zeitreise den Erbauern der Schlossanlage, den zahlreichen Besuchern des Dörfles im 18. Jh. und Persönlichkeiten der Zeitgeschichte. Auf dem Universitätscampus sehen wir hochmoderne Wissenschaftseinrichtungen, historische Institutsgebäude und erleben pulsierendes studentisches Leben.

151-08720
Gerlinde Gebhart
So 19.07.15 14.00–16.30
EUR 11.00
Anmeldung erforderlich
Treffpunkt: Eingang Exotischer Garten/Parkeingang Ecke Garbenstraße/August von Hartmannstraße, 70599 Stuttgart-Hohenheim

Auf den Spuren des Zuffenhäuser Hirt 1
Eine Wanderung in Kooperation mit dem Bürgerverein Zuffenhausen.
Genießen und erkunden Sie sonnenüberflutete Wiesen, Weinberge, Gärten , Felder
und grandiose Ausblicke.
Diese schöne Teiletappe des Wanderwegs „Zuffenhäuser Hirt“ führt zuerst zum Vorderberg in die Weinberge mit Aussicht auf Solitude, Engelberg und Lemberg.
Danach geht es an der Stileiche (Naturdenkmal) vorbei und über den Schnarrenberg mit Blick auf die Neckarschleife und dem Max-Eyth-See zum ersten Etappenziel Freiberg. Weiter geht es auf den Spuren der alten Römerstraße über die Heinrizau und Sauhalde nach Stammheim. Dort kann zur Rückfahrt in die U15 eingestiegen werden.
Unterwegs wird ein Glas Sekt ausgeschenkt. Anschl. kann man die Wanderung bei Kaffee und Kuchen in Stammheim ausklingen zu lassen.
Wanderstrecke: ca. 12 km
Gewandert wird bei jedem Wetter

151-09060R
Bernd Wudick
So 28.06.15 14.00–17.00
EUR 6.00
Treffpunkt: S-Zuffenhausen vor dem Rathaus an der Stadtbahnhaltestelle Rathaus U 15
Anmeldung erforderlich

Botanisch-geologischer Spaziergang auf dem Feuerbacher Höhenweg
Die Wanderung führt vom Zuffenhäuser Stadtpark auf dem Feuerbacher Höhenweg zum Lemberg bis zu der geologischen besonders interessanten Mergelgrube am Horn. Auf dem Panoramaweg eröffnen sich unterwegs Ausblicke hinab nach Feuerbach und Weilimdorf und auf die gegenüberliegenden Höhen mit Aussicht zum Killesberg, Fernsehturm, Birkenkopf, Schloss Solitude und andere Sehenswürdigkeiten. Auch werden Relikte einer Siedlung aus der Eisenzeit gestreift. Eine Möglichkeit zum Abstieg besteht zur Haltestelle Landauer Straße (U6/U13) in Weilimdorf oder man kehrt zurück durch das Naturschutzgebiet Greutterwiese nach Zuffenhausen.

151-58700
Prof. Ulrich Kull
Sa 30.05.15 14.00–17.00
EUR 4.00
Treffpunkt: S-Bahnhof Zuffenhausen, vor dem Verlagshaus Heinz, Bessemerstr. 7, 70435 Stuttgart

Stuttgarter Landschaften – botanisch-ornithologische Spaziergänge
Stuttgart hat ein kleinteilig wechselndes Biotopmosaik. Auf Exkursionen mit verschiedenen Zielen werden Waldränder, Feldgehölze, Streuobstwiesen, Bäche, Magerrasen und Weinberge mit Trockenmauern aufgesucht und deren typische Vogelwelt und Flora gezeigt oder auf Wunsch auch mit Büchern und Lupe bestimmt.

Travertinpark
151-58780
Barbara Drescher
Dieter Deininger
Do 11.06.15 18.00–20.00
EUR 4.00
Treffpunkt: U-Bahn-Haltestelle (U14) „Kraftwerk Münster“, Neckartalstraße, 70376 Stuttgart

Brachflächen im Nordbahnhofviertel
151-58790
Barbara Drescher
Do 23.07.15 18.00–20.00
EUR 4.00 botanischer Spaziergang
Treffpunkt: Nordbahnhofstraße, vor S-Bahn-Haltestelle „Nordbahnhof“, 70191 Suttgart

Bitte mitbringen...

Bitte vorhandene Bestimmungsbücher und Lupe mitbringen, festes Schuhwerk anziehen. Bitte zu allen Spaziergängen anmelden.

Leben in Stuttgart

Stuttgarter Nachrichten hautnah erlebt!
Führung durch das Pressehaus Stuttgart
Im Pressehaus Stuttgart entstehen unabhängig voneinander, mit Hilfe modernster Zeitungs- und Drucktechnik, die Stuttgarter Nachrichten und die Stuttgarter Zeitung sowie eine Reihe anderer Druckerzeugnisse. Die Besucherinnen und Besucher erhalten Einblicke in den journalistischen Alltag bei den Stuttgarter Nachrichten und erleben die Herstellung der aktuellen Tageszeitung von morgen hautnah mit. Die Führung wird vom Chef vom Dienst der Stuttgarter Nachrichten, Joachim Volk, geleitet.

151-08120K
Joachim Volk
Stuttgarter Nachrichten
Di 21.07.15 18.30–21.00
EUR 4.00 Verwaltungsgebühr
Anmeldung erforderlich
Veranstaltungsort: Pressehaus Stuttgart, Plieninger Str. 150, 70567 Stuttgart. Treffpunkt: Foyer Pressehaus

Stuttgart hat einen Hafen? Lernen Sie ihn kennen!
Hafen-Rundgang
Der Hafen in Stuttgart, 1958 eröffnet, ist heute ein moderner Handels- und Industriehafen mit breit gefächertem Dienstleistungsangebot und hervorragender Infrastruktur. Er zählt zu den trimodalen Hafenanlagen bei denen Binnenschifffahrt, Eisenbahn und Güterkraftverkehr zusammentreffen.
50 Unternehmen mit insgesamt ca 2500 Mitarbeitern kümmern sich um den Warentransport in diesem zentralen Güterumschlagplatz der Region Stuttgart.
Während dem Hafenrundgang können Sie einen Blick auf die Hafenbecken, die Umschlagplätze sowie das Container-Terminal werfen. Dabei erfahren Sie Interessantes über die Geschichte, die Entwicklung, und das Dienstleistungsangebot des Hafens.
Die Führung findet bei jedem Wetter statt.
Bitte achten Sie auf angemessene Kleidung und gutes Schuhwerk; es werden größere Strecken auf teils unebenem Grund zurückgelegt.

151-08150K
Klaus Riegraf
Fr 18.09.15 14.30–16.30
EUR 4.00 Verwaltungsgebühr
Anmeldung erforderlich
Treffpunkt: U-Bahn Haltestelle Linie U9/13 Hedelfinger Straße (Kodak). Dort werden Sie in Empfang genommen und gehen gemeinsam zum Hafen.

Schloss Solitude
Dem Herzog aufs Dach gestiegen!
Führung mit Aufstieg zur Kuppel
Beim Blick hinter die Kulissen der prunkvollen Repräsentationsräume erkunden Sie über enge Gänge und Stiegen verborgene Zimmer und Dachkammern und lernen das ausgeklügelte Heizsystem des Schlosses kennen. Wie kam das Essen auf die Tafel und wie wurden die offenen Kamine befeuert, ohne dass die feine Gesellschaft beim Feiern gestört wurde?
Der beschwerliche Aufstieg zur Kuppel überrascht mit einer ungewöhnlichen Perspektive in den Weißen Saal. Als Höhepunkt wartet bei gutem Wetter ein atemberaubender Ausblick von der Kuppel des Schlosses weit über die Region Stuttgart. So wird dieser Rundgang zu einem ganz besonderen Erlebnis, das lange in Erinnerung bleibt.
Besteigen der steilen Treppen und der Kuppel auf eigene Gefahr! Die Führung erfordert viel Trittsicherheit, bitte achten Sie auf geeignetes Schuhwerk.

151-08800
Hermann Mike Mack
Fr 21.08.15 18.00–20.30
EUR 13.00 Gebühr inkl. Eintritt
Anmeldung erforderlich
Treffpunkt: Schlosskasse, Schloss Solitude 1, 70197 Stuttgart

Blick in die Region

Das Französische Viertel in Tübingen
Anders wohnen – Anders leben
Rundgang
Auf dem ehemaligen Areal der Hindenburgkaserne entstand seit 1993 ein neues junges Stadtquartier für 2.000 Menschen nach dem Motto: eine kleine Stadt der „kurzen Wege". Im neuen Wohngebiet wurde das Modell vom individuellen Bauen in Baugemeinschaften explizit durch die Stadtverwaltung gefördert. So entstand ein neues Viertel mit einer Mischung aus erschwinglichem Wohnraum, innovativen Arbeitsplätzen und hoher Aufenthaltsqualität im öffentlichen Raum. Hier lässt sich entdecken wie attraktive Wohnhäuser mit neuen unkonventionellen Wohnformen entstanden sind, wie Architektur geradezu südländische Assoziationen hervorrufen kann und wie Architektinnen moderne, bisweilen auch etwas ungewöhnliche Lösungen für räumliche und gestalterische Anforderungen fanden. Ein Stadtquartier, das lebt und in steter Bewegung ist!

151-08790
Karin Garbas
Sa 20.06.15 11.00–12.30
EUR 11.00
Eigene Anfahrt.
Treffpunkt: An der Haltestelle „Aixer Straße" (Bus 4 und Bus 7), 72070 Tübingen

Landesgeschichtliche Wanderung von Nehren über den Roßberg nach Gomaringen
Ein schöner Wanderweg führt uns von Nehren (425m) über Öschingen hinauf zum Roßberg (860m), wo wir eine prächtige Aussicht zu erwarten haben. Wir steigen hinab nach Gomaringen (423m). Im dortigen liebevoll restaurierten Schloss ist ein sehenswertes Museum eigerichtet. Besonders wird dort auch an das Wirken des Pfarrers und Dichters Gustav Schwab – bekannt durch seine Sagen des klassischen Altertums – erinnert.
Wanderstrecke: ca. 15 km, Rucksackvesper

151-09010R
Prof. Dr. Ulrich Müller
So 07.06.15 08.00–18.40
EUR 18.50
Bahnfahrer treffen sich um 8.00 in der Klett-Passage vor K presse + Buch (gegenüber Polizei). 5TN lösen zusammen ein Metropolticket. Kosten werden umgelegt.
Stuttgart ab: 8.22(RE) – Tübingen an: 9.23 – Nehren an: 9.40. Dort beginnt die Führung.
Rückfahrt: Gomaringen mit Bus ab: 17.07 – Stuttgart an: 18.38

Landesgeschichtliche Wanderung von Eyach nach Haigerloch
Vom Bahnhof Eyach wandern wir im Tal der Eyach, vorbei am jüdischen Friedhof Mühringen, nach Haigerloch. Der Weg führt uns durch das malerische alte Bad Imnau. Haigerloch liegt sehr reizvoll an einer Schleife der Eyach. In der Oberstadt werden wir die St. Anna-Kirche und die Synagoge mit dem Friedhof kennenlernen, in der Unterstadt das Schloss der Hohenzollern mit der Schlosskirche und den Atomkeller.
Wanderstrecke: ca. 15 km, Rucksackvesper

151-09020R
Prof. Dr. Ulrich Müller
So 12.07.15 08.00–18.40
EUR 18.50
Bahnfahrer treffen sich um 8.00 in der Klett-Passage vor K presse + Buch (gegenüber Polizei). 5 TN lösen zusammen ein Metropolticket. Kosten werden umgelegt.
Stuttgart ab: 8.18 – Horb an: 9.03 – Horb ab: 9.24 – Eyach an: 9.32. Dort beginnt die Führung.
Rückfahrt: Haigerloch ab: 16.37 – Stuttgart an: 18.38

Tageswanderung auf der Ostalb – vom Rechberg über den Hohenstaufen nach Wäschenbeuren
Wir fahren mit dem Regionalexpress von Stuttgart nach Schwäbisch Gmünd und weiter mit dem Bus zum Gmünder Teilort Rechberg. Die anschl. Wanderung führt uns zunächst zur Wallfahrtskirche Hohenrechberg und dann zur Burg Rechberg, die wir besichtigen. Über den Aasrücken gelangen wir dann auf den Hohenstaufen und wieder hinab nach Wäschenbeuren. Die Burg Rechberg und der Hohenstaufen bieten herrliche Ausblicke auf die langgezogene Kette der Schwäbischen Alb und sind das Kernstück der staufischen Geschichte. Wir werden das Barbarossakirchlein am Fuße des Hohenstaufen besuchen. Unterwegs keine Einkehr.
Wanderstrecke: ca. 15 km, Wanderzeit ohne Besichtigung ca. 5 Stunden, Rucksackvesper.

151-09030R
Rolf Bürkle
So 17.05.15 09.00–18.00
EUR 19.00
Treffpunkt 09.00 Uhr in der Klettpassage, Abgang zur S-Bahn. Die Netzkarten werden besorgt.
Rückfahrt: ab Wäschenbeuren mit Bus, umsteigen in Schwäbisch Gmünd und Göppingen – Stuttgart an: 18.00

Tageswanderung im westlichen Stromberg
Fahrt mit der Bahn bis Sachsenheim und weiter mit dem Bus bis Ochsenbach im Kirbachtal. Wanderung: Ochsenbach – Ruine Blankenhorn – Michaelsberg – Pfeifferhütte – Freudental. Die sagenumwobene Burg Blankenhorn bildete früher zusammen mit Winnenden-Bürg und dem Hohenneuffen ein eigenes Territorium und war den Herren von Neuffen zugehörig, bevor diese ihren Besitz an Württemberg verkauften. Der Michaelsberg bei Cleebronn, in beherrschender Aussichtslage, trug nacheinander eine keltische, römische und alemannische Kultstätte. In karolingischer Zeit errichteten die Franken dort die Basilika St. Michael.
Wanderstrecke: ca. 17 km, Wanderzeit ca. 5–6 Stunden, Rucksackvesper.

151-09040R
Rolf Bürkle
So 14.06.15 08.00–19.00
EUR 16.00
Treffpunkt 08.00 Uhr in der Klettpassage, Abgang zur S-Bahn. Die Netzkarten werden besorgt.
Rückfahrt: ab Freudental mit Bus, umsteigen in Bietigheim (S-Bahn) – Stuttgart an: 19.00

KUNST, KULTUR UND AKTIONEN 02

Foto: Peter Leiber

Besondere Veranstaltungen

LänderFestival Indien: Lesung und Gespräch mit Amandeep Sandhu

Der indische Autor Amandeep Sandhu schreibt vorwiegend über psychologische und politische Realitäten im heutigen Indien. Sein erster Roman „Sepia Leaves“ 2008 gilt heute als Kultklassiker. Sein zweites Buch „Roll of Honour“ (2012, Rupa Publications) war 2013 für den Hindu Prize 2013 nominiert. Aman ist zurzeit Stipendiat der Akademie Schloss Solitude, Stuttgart und arbeitet an seinem dritten Roman.
Während des Abends wird Amandeep Sandhu aus seinen Romanen lesen (mit deutscher Übersetzung) und mit Tomislav Medak (Verfechter freier Software und Kultur, Philosoph und Performer, Zagreb/Kroatien) über Industrialisierung, das Gesundheitssystem in Bezug auf psychisch Kranke und die Sikh Community sprechen.
Info unter www.akademie-solitude.de

151-00205K
Di 12.05.15 20.00–22.00
Akademie Schloss Solitude,
Solitude 3, 70197 Stuttgart
Eintritt frei

Ausstellung „Die Würde des Menschen ist unantastbar“ – Wanderausstellung von AMNESTY INTERNATIONAL

„Folter kann man nicht »ausstellen«, ja nicht einmal beschreiben.
Nach Jean Améry, einst Insasse eines deutschen Konzentrationslagers, wäre es der Versuch, »das Unbeschreibliche zu beschreiben«, weil »die Gefühlsqualität des Erleidens sich prinzipiell der Mit-Teilung entzieht«.
Amnesty International liegen unzählige Dokumente der Folter vor.: Aussagen von Opfern, präzise, technische Erläuterungen ehemaliger Täter und Fotografien entstellter Körper. Man könnte sie vergrößern und an eine Wand heften. Nur – es wäre wenig damit gewonnen.
Für die einen wäre der Inhalt solcher Dokumente kaum zu ertragen, für andere vielleicht nur ein Ausdruck jener reißerischen Sensationsgier, von der manche Medien leben.
Wir beschränken uns daher auf das Notwendigste. Wenn dies hier eine Ausstellung sein kann, dann eine Ausstellung von Andeutungen. Nicht mehr.“ (AMNESTY INTERNATIONAL)

151-01656A
17.06.15–30.07.15
Mo-Sa 08.00–23.00
So 09.00–18.00
TREFFPUNKT
Rotebühlplatz 28, Stuttgart
Eintritt frei

Stuttgart glänzt durch ein reiches kulturelles Leben. Erfahren Sie Neuigkeiten und Hintergründe zu den aktuellen Spielplänen und lernen Sie die Macher des Kulturlebens persönlich kennen. Erleben Sie Künstler, Intendanten und Programmmacher, Regisseure und Choreografen der Stadt im Gespräch. Die Idee zu dieser Reihe hatte Andreas G. Winter, kulturpolitischer Sprecher der Grünen Ratsfraktion und Leiter des Freien Musikzentrums, der auch durch die Abende führt.

Nah dran – Andreas Winter im Gespräch mit Dr. Ulrike Groos

Am 5. März 2005 wurde das Kunstmuseum Stuttgart eröffnet. Das 10jährige Jubiläum nehmen wir zum Anlass, um mit der Leiterin Dr. Ulrike Groos über das Konzept und die Entwicklung dieses Hauses sowie die Herausforderungen einer Kunstmuseumsdirektorin zu sprechen. Sie wird auf ihre sechs Jahre in Stuttgart zurückblicken, aber natürlich auch einen Ausblick auf die zahlreichen Jubiläumsveranstaltungen und Ausstellungsideen geben.

151-03950
Fr 12.06.15 19.30–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
Eintritt frei.

Nah dran – Andreas Winter im Gespräch mit Gernot Rehrl

Nur wenige Wochen vor dem Musikfest Stuttgart werfen wir einen Blick auf das Programm und die Höhepunkte 2015 der Internationalen Bachakademie Stuttgart. Mit dem Intendanten Gernot Rehrl, der 2013 diese Funktion übernommen hat, werden wir über seine Arbeit sprechen. Zuvor war er lange Jahre als erfolgreicher Musikmanager in München (Chor und Münchner Rundfunkorchester des Bayerischen Rundfunks) und Berlin (Intendanz der Rundfunkorchester und Chöre GmbH) tätig.

151-03951
Mi 01.07.15 19.30–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
Eintritt frei.

Schule statt schuften – lernen statt heiraten!

Bildungsvortrag über Indien und die Situation von Frauen und Mädchen
2003 gründete Marianne Frank-Mast die NGO „Mädchenschule Khadigram e.V.“.
Nachdem sie 1970–72 als Entwicklungshelferin in dem auch heute noch rückständigsten Bundesstaat Bihar, in NO Indien gearbeitet hatte, stellte sie während zahlreicher Reisen vor Ort und bei Reisen durch Indien fest, dass sich die Situation von Frauen und Mädchen seit jener Zeit nicht wesentlich verbessert hat. Auch die UN Organisationen ziehen eine negative Bilanz. Frauen werden in Indien in eklatanter Weise benachteiligt. Von Bildung ferngehalten, versagt man ihnen oft medizinische Versorgung, ihr Ernährungszustand ist auffallend schlecht. Mädchen werden auch heute noch frühzeitig zwangsverheiratet. Unter der Kastenhierarchie leiden insbesondere Frauen. Strenge, religiöse Riten treffen sie vor allem.

151-18895
Marianne Frank-Mast
Mo 22.06.15 18.00–20.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 5.00

Die Oper Stuttgart

Erleben Sie die weltberühmte Oper Stuttgart. Sie haben die Möglichkeit einen Blick hinter die Kulissen zu werfen. Am Abend genießen Sie dann jeweils eine grandiose Aufführung!
Treffpunkt: Freitreppe des Opernhauses
In der Kursgebühr sind Führung (ca. 1,5 Std.) bzw. Einführung in das jeweilige Opernstück sowie die Aufführung enthalten!
Die Uhrzeiten der Aufführungen standen zum Zeitpunkt der Drucklegung noch nicht fest und können sich gegebenenfalls ändern.
Rechtzeitige Anmeldung wegen Kartenreservierung.

Aufführung: „Cosi fan tutte“
151-23440K
Mo 08.06.15 16.30–22.00
EUR 22.50 für Führung und Opernaufführung, keine Ermäßigung möglich
Anmeldung erforderlich

Aufführung: „Die Fledermaus“
151-23460K
Di 14.07.15 16.30–22.00
EUR 22.50 für Führung und Opernaufführung, keine Ermäßigung möglich
Anmeldung erforderlich

Kunst-Erlebnis-Woche an der vhs stuttgart

In Kooperation mit dem Rudolph-Sophien Stift und der Offenen Herberge e.V.
Gemeinsam Kunst erleben und gemeinsam Kunst machen ist das Ziel der Erlebniswoche im TREFFPUNKT Rotebühlplatz. Eingeladen sind Menschen mit und ohne Psychatrieerfahrung, die unter kompetenter Anleitung Einführungen in unterschiedliche Kunstrichtungen erhalten. Wenn Sie also Lust haben, sich in neuen Feldern auszuprobieren, mit anderen Menschen gemeinsam kreativ zu arbeiten und sich in guter Atmosphäre und modernen Werkstätten zu amüsieren/sich neu zu erleben, sind Sie bei der Kunstwoche richtig.

Theaterworkshop

Der Theaterworkshop soll auf spielerische Weise Grundlagen des Theaterspielens vermitteln. Durch Schauspielübungen, Improvisation und kleinere Szenen soll die Freude an einem gemeinsamen Erarbeiten erfahren werden.
Im Vordergrund steht nicht die schauspielerische Leistungen, sondern die Freude am kreativen Mitgestalten eines kleinen Theaterstückes in Gruppenarbeit.
Es sind dabei keine Vorkenntnisse nötig, wichtig ist uns Spaß am Improvisieren und Ausprobieren von Tanz, Gesang und Schauspiel.

151-40280K
Sofia Lomtatidze
Rudolf Straub
Mo–Fr 03.08.–07.08.15 10.00–13.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 60.00

Improvisationschor
Impro-Chor ist eine originelle Art des gemeinsamen Singens, vorstellbar wie Chorgesang ohne Noten. Das gemeinsame Singen wird in jedem Augenblick neu erfunden. Es geht um Kreativität und individuellen Ausdruck. Wir werden Klangbilder, rhythmische Ideen, eigene Melodien u.v.m. spielerisch umsetzen und die Höhen und Tiefen unserer Stimme erkunden. Keine Vorkenntnisse nötig.

151-40281K
Ulrike Beise
Mo–Fr 03.08.–07.08.15 10.00–13.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 60.00

Trommeln als Kraftquelle
Ein ganzheitlicher Weg des Lernens eröffnet Ihnen die Welt des Trommelns auf der Djembé (westafrikanische Trommel). Rhythmus wird zunächst körperlich erfahrbar: mit Körperperkussion, verschiedenen Rhythmusinstrumenten und Stimme bauen wir ein tragendes Fundament für das gemeinsame Trommeln auf. So entstehen in freudvoller Atmosphäre kraftvolle Arrangements. Wir begleiten unsere Trommeln auch mit Liedern aus verschiedenen Kulturen.

151-40282K
Gabriele Hüller
Mo–Fr 03.08.–07.08.15 10.00–13.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 60.00 Sie können bei der Referentin eine Djembé ausleihen (Gebühr EUR 25.00). Bitte bei der Anmeldung bestellen.

Tonwerkstatt
Um mit dem Material Ton vertraut zu werden, konzentrieren wir uns in diesem Workshop hauptsächlich auf eine klare Formensprache z.B in Form diverser Gefäße, einfacher kleiner Skulpturen o.ä.. Sie erlernen die grundlegenden Techniken der Modellierung und Oberflächengestaltung. Diese können Sie dann nach Ihren Wünschen und Vorlieben einsetzen.
Bei Bedarf bitte einen Arbeitskittel mitbringen.

151-40283K
Mo–Fr 03.08.–07.08.15 10.00–13.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 60.00 Materialkosten nach Verbrauch

Bildhauerei
Mit grundlegenden Techniken wie feilen, raspeln, schlagen und schleifen führe ich Sie spielerisch in die Bildhauerei ein. Sie erlernen Grundkenntnisse und arbeiten mit verhältnismäßig weichen Materialien wie Speckstein und Alabastergips. Nach einer Zeit verschiedenster Erfahrungen an den Grundelementen der Gestaltung führt der Weg zu einer eigenen phantasievollen Skulptur.
Bitte mitbringen: Arbeitskittel oder alte Kleidung

151-40284K
Matthias Natzke
Mo–Fr 03.08.–07.08.15 10.00–13.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 85.00 inkl. EUR 25.00 Materialkosten

Malkurs
Mit meiner Anleitung finden Sie schnell Freude im Umgang mit Farben und Formen. Kleine Spaziergänge im Innenstadtbereich von Stuttgart zu verschiedensten Studien vor interessanten Objekten bringen genügend Anregung für eigene spannende Bilder. Wir arbeiten in unterschiedlichen Techniken mit Acryl und Wasserfarben.
Bitte mitbringen: Alte Kleidung oder Malkittel

151-40285K
Matthias Natzke
Mo–Fr 03.08.–07.08.15 14.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 85.00 inkl. EUR 25.00 Materialkosten für Farben, Pinsel und Papier

Kreative Biografiearbeit: Heimat – eine Spurensuche
Welche Dinge, welche Menschen, welche Klänge, welche Landschaften, welche Gerüche, welche Wortfolgen, welche Tätigkeiten geben uns das Gefühl auf der Welt am richtigen Ort zu sein? Wo finden wir Heimat, wie „beheimaten“ wir uns?
Begleitet von gemeinsamen Übungen werden wir uns auf die Suche begeben, an deren Ende in dieser Woche eine eigene Gestaltung stehen soll – eine Heimatkiste, ein gemaltes Bild, eine Fotocollage, ein „Heimatfilm“ oder anderes. In diesem Kurs ist das Thema verbindend – die passende Gestaltungsform wird im gemeinsamen Austausch individuell gesucht.
Das Mitbringen von bevorzugten und persönlich bedeutsamen Materialien ist erwünscht.

151-40286K
Anette Haas
Mo–Fr 03.08.–07.08.15 14.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 75.00 inkl. EUR 15.00 Material

Schmuckgestaltung
Im Kurs kombinieren Sie mitgebrachte Fundstücke und Perlen mit Drähten und Blechen. Kreativität entsteht durch die Inspiration der Materialien. Mit Goldschmiedetechniken wie Sägen, Feilen, Biegen, Bohren und Nieten entstehen tolle Schmuckstücke.
Bitte mitbringen: Fundstücke, Materialien aller Art, Perlen, Zangen und Feilen (falls vorhanden), Häkelnadeln

151-40287K
Cornelia Sautter
Mo–Fr 03.08.–07.08.15 14.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 70.00 inkl. EUR 10.00 Materialkosten

Experimentelles Stoffdesign
In dieser Woche lernen Sie verschiedene Textildrucktechniken kennen.
Sie entwerfen eigene Muster und erstellen eigene Druckstempel und Schablonen.
So können Sie Ihre eigenen Ideen umsetzten und gestalten Ihre ganz eigenen Stoffkreationen. Aus den so designten Stoffen können dann noch einfache Taschen, Täschchen, Kissen etc. genäht werden – oder Sie bedrucken mitgebrachte fertige Kleidungsstücke und verwandeln sie so in idividuelle Einzelstücke.
Besondere Nähkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: Stoffreste, Kleidungsstücke oder sonstige Textilien zum Verändern

151-40288K
Susanne Bäuerle
Mo–Fr 03.08.–07.08.15 14.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 75.00 inkl. EUR 15.00 Materialkosten

Schreibwerkstatt
Juckt es Ihnen in den Fingerspitzen einfach drauflos zu schreiben?
Probieren Sie es in der Schreibwerkstatt aus. Erleben Sie den kreativen Prozess und die Energie, die entsteht, wenn ringsum viele Stifte in Bewegung sind. Schreiberfahrung ist nicht erforderlich, nur Stift und Papier. Ich rege Sie mit Schreibimpulsen zu kurzen lebendigen Texten an. Willkommen!
Bitte mitbringen: Stift und Papier

151-40289K
Ines Witka
Mo–Fr 03.08.–07.08.15 14.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 60.00

Film, Medien, Multimedia

Die Nouvelle Vague – Das französische Kino der sechziger Jahre
Zum Ende der fünfziger Jahre läuteten junge Filmemacher in Frankreich eine kinematografische Stilwende ein. Die „Nouvelle Vague“ wandte sich mit einer eigenständigen Theorie gegen das kommerzielle Unterhaltungskino: Francois Truffauts Essay „Eine gewisse Tendenz im französischen Film“ von 1954 gilt als erste Grundlage dieser neuen Bewegung, die sich in der Zeitschrift „Cahiers du Cinéma“ kritisch mit der Filmkunst ihrer Zeit auseinandersetzt. Filmemacher wie Louis Malle, Francois Truffaut, Jean-Luc Godard und Claude Chabrol entwickelten eigenständige Erzähl- und Gestaltungsformen und schöpften dabei die Möglichkeiten des technischen Fortschritts aus. Anhand fünf sehr unterschiedlicher Filme

dieser Stilrichtung beschäftigen wir uns mit den sozialen, politischen und ästhetischen Fragestellungen, die die Künstler der Nouvelle Vague beschäftigten.

151-18670
Kathrin Horster-Rapp
Di 19.05.–30.06.15 jew. 08.30–12.00, 5-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 93.00

Korsika – Wilde Schönheit im Tyrrhenischen Meer

Die Insel wird auch als das Gebirge im Meer bezeichnet. Das Erscheinungsbild der drittgrößten Insel im westlichen Mittelmeer ist sehr gegensätzlich. Eine interessante Mischung aus hochalpinen Regionen mit schroffen Felsformationen und wilden Flusstälern und andererseits langen Sandstränden, einsamen Buchten, glasklarem Meerwasser und sanften Hügellandschaften machen den Reiz dieser Insel aus. Begünstigt durch das typische Mittelmeerklima mit heißen Sommern und milden Wintern an der Küste hat sich Korsika zu einem attraktiven Reiseziel gemausert. Geprägt durch viele Jahrhunderte der Fremdherrschaft durch Griechen, Italiener und Franzosen hat sich Korsika zu einem modernen, autonomen Inselstaat unter Frankreich entwickelt.

151-11053
Christiane Kummler
Fr 22.05.15 20.00–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 8.00 Karten auch an der Abendkasse erhältlich

Tessin

Gotthardpass – Bellinzona – Locarno – Ascona – Maggiatal – Bosco Gurin – Lugano – Morcote

Über den Gotthard führt die Reise ins sonnige Tessin, den italienischsprachigen Teil der Schweiz. Bellinzona, die Hauptstadt des Tessin hat eine schöne Altstadt und imposante Burgen. Im Süden liegen der Lago Maggiore und der Luganer See. Hier wird das Klima mediteran. An den Ufer der Seen liegen die Städte Locarno, Ascona und Lugano, umgeben von subtropischer Vegetation. In einem Seitental des Maggiatals liegt Bosco Gurin, die einzige deutschsprachige Exklave im Tessin. Hier wird noch ein mittelalterliches Deutsch gesprochen. Campione ist eine italienische Enklave – mit Casino – auf Schweizer Gebiet.

151-11060
Bernd Mantwill
Do 16.07.15 20.00–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 8.00 Karten auch an der Abendkasse erhältlich

Ostfriesische Inseln

Juist, Norderney, Baltrum, Langeoog und Spiekeroog

Die Ostfriesischen Inseln gehören sicherlich zu einem der Top-Reiseziele in Deutschland. Die Inseln sind vor allem ein Naturerlebnis. Dünenlandschaften und kilometerlange Sandstrände geben der Landschaft bei schönem Wetter einen Hauch von Karibik, der bei Wetterumschwung aber schnell wieder verfliegt. Auf den Inseln, sind sogar Fahrräder verboten, eingeschränkt oder nur für Einheimische erlaubt. Autofrei sind diese Inseln sowieso. Die einzige Ausnahme bildet hierbei Norderney. Die einst königlich-preußische Seebadeanstalt Norderney mit Kurhaus, Casino und Kaiser-Wilhelm-Denkmal ist die am städtischsten geprägte Insel, mit der höchsten Infrastruktur.

151-11062
Bernd Mantwill
Fr 08.05.15 20.30–22.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 8.00 Karten auch an der Abendkasse erhältlich

Suerte – 11.000 Fahrradkilometer durch Südamerika

Ein Jahr mit dem Fahrrad durch den südamerikanischen Kontinent, 11.000 Kilometer abseits der befahrenen Routen, von den Traumstränden der kolumbianischen Karibikküste bis in die Einsamkeit am Ende der bewohnten Welt, bis Feuerland. In einem opulent bebilderten Vortrag nehme ich Sie mit auf meine abendteuerliche Reise: fesselnd und persönlich erzähle ich vom Leben in den abgelegenen Andendörfern Perus und im ecuadorianischen Dschungel, von der atemberaubenden Schönheit der bolivianischen Wüsten, vom harten Schotter der chilenischen Carretera Austral. In meinen Erlebnissen spielen auch die Begegnungen entlang des Weges immer eine große Rolle, die offene Herzlichkeit, mit der ich aufgenommen wurde, Menschen, die mir in ausweglosen Situationen weiterhalfen.

151-11152
Simon Kuttruff
Fr 12.06.15 19.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 8.00/EUR 0.00 Bonuscard Karten auch an der Abendkasse erhältlich

Neuseeland

Neuseeland bezeichnet sich gerne als das „schönste Ende der Welt."
Zu Recht: Auf der Größe von Westdeutschland bietet das Land die Vielfalt eines ganzen Kontinents. Insbesondere Erstbesucher haben die Qual der Wahl: Aktive Vulkane und herrliche Südseestrände, Wandern im subtropischen Regenwald oder das Beobachten einheimischer Vögel wie Kiwi und Kea. Zahlreiche Action-Sportarten locken ebenfalls. Dieser Abend stellt Neuseeland multimedial und sehr unterhaltsam vor – mit vielen Verweisen auf wertvolle Informationsquellen im Internet und darüber hinaus.
Der Referent ist seit 1989 von Neuseeland begeistert und beschäftigt sich seitdem fast täglich mit „Kiwi-Country". Topaktuelle Informationen sind also garantiert.

151-11354
Jörg-Matthias Lenz
Mo 08.06.15 20.00–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 8.00 Karten auch an der Abendkasse erhältlich

Fotografie

vhs-photogalerie: Wolfram Janzer – „Le Corbusier und die Drei Provenzalischen Schwestern"

1950 beschrieb der Dominikanerpater Marie-Alain Couturier in der Revue Art Sacré im Beitrag „Magnificence de la pauvreté" seine Vorstellung, eine Kirche solle heutzutage, um ehrlich zu sein, nur aus vier flach gedeckten Wänden bestehen. Deren Proportion, Raumvolumen, Licht und Schatten aber sollten von einer solchen Reinheit und Intensität sein, dass jeder Eintretende die spirituelle Intensität und Würde spüre.
Im laizistischen Architekten Le Corbusier fand er den ebenbürtigen Partner für sein neues Kloster Sainte Marie de la Tourette bei Eveux. Couturier empfahl Le Corbusier, sich vor der Planung das Zisterzienserkloster Le Thoronet in der südlichen Provence. Jannis Xenakis, Ingenieur und Komponist, entwickelte die für La Tourette so typischen, rhythmisierten Verglasungen der Wandelgänge, die Le Corbusier anfangs musikalische Glaswände nannte, später „pans de verre andulatoires".
Wolfram Janzer stellt neue Aufnahmen von La Tourette den „trois soeurs provençales" genannten Zisterzienserabteien Le Thoronet, Sénanque und Silvacane gegenüber – streng axial fotografiert, Licht und Proportion aufspürend, intensive Räume, pur, voller Ruhe und Musikalität. Wolfram Janzer widmet sich seit seinem Studium der Fotografie, seit Ende der Achtzigerjahre ausschließlich dem Medium Architekturfotografie und Kunst. Er ist langjähriger Kursleiter der vhs stuttgart.

151-00320
Midissage:
Fr 26.06.15 19.30–23.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
gebührenfrei
Eröffnung der Ausstellung mit Ansprachen, Live-Musik und Umtrunk
Ausstellung:
11.06.–26.07.15
Öffnungszeiten:
Mo-Sa 08.00–23.00, So und feiertags 09.00–18.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
gebührenfrei

Einführung in die (digitale) Fotografie – intensiv und kompakt

Hier lernen Sie Ihre Kamera kennen! Ein Kurs für Fotografieanfänger und solche, die eine Auffrischung der Zusammenhänge oder eine Ergänzung um das Digitale an der Fotografie wünschen. Behandelt wird das Handwerkszeug zum Fotografieren, immer im Hinblick auf die Auswirkungen auf das Endprodukt Bild und die Umsetzung an der Kamera. Natürlich geht es auch ausführlich um Auswirkungen und Einflussmöglichkeiten auf die Entwicklung des Bildes in der Kamera, was ja das eigentlich „Neue" beim Fotografieren mit digitalen Kameras ist, egal ob Kompakte oder Spiegelreflex. Intensiver Vortrag mit kleinen Einstellübungen, bei denen die Teilnehmer auch persönlich an ihrer Kamera beraten werden. Zur Abrundung gibt es nützliche Anregungen zur Bildgestaltung.

151-38165
Frank Hoppe
Fr 03.07.15 19.30–21.30
Sa 04.07.15 13.00–19.00
So 05.07.15 12.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 68.00

151-38166
Frank Hoppe
Fr 17.07.15 19.30–21.30
Sa 18.07.15 13.00–19.00
So 19.07.15 12.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 68.00

Fotografieren mit der Spiegelreflex- oder Systemkamera – Grundlagen

Sie lernen kennen: Aufnahmetechniken, die SLR's bieten, Belichtungsmessung, Zeit, Blende, ISO-Empfindlichkeit und die Automatiken. Vor- und Nachteile manueller Beeinflussung stehen im praktischen Test. Weiteres Thema: Die Objektivwahl, auch unter Berücksichtigung der Bildgestaltung: Motiv, Perspektive, Schärfe, Kontrast, Farbe, etc.
Digital vs. konventionelle Bildspeicherung auf Film wird angesprochen, daher ist der Kurs auch für „Noch-Analog-Fotografen/-innen" und/oder „Umsteiger/-innen" geeignet.
Im praktischen Teil Umsetzung der besprochenen Themen in Übungen – anschließend gemeinsame Sichtung, Besprechung und Auswertung sowie erste Hinweise zur Bildbearbeitung.
Bitte eigene SLR (mit Bedienungsanleitung) mitbringen, bei analoger Kamera 3 Filme (ISO400). Im Kurs kann im begrenzten Rahmen eine D-SLR (Nikon) ausgeliehen werden. (Voranmeldung über den Fachbereich).

151-38188
Matthias Baumann
Fr 05.06.15 18.30–21.30
Sa 06.06.15 09.00–17.00
Fr 12.06.15 18.30–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 71.00

Bitte mitbringen...

Eigene SLR (digital/analog) oder Systemkamera – inkl. Bedienungsanleitung und ausreichend Speicherkarten bzw. 3–4 analoge Filme (ISO400)! Digitale SLR's (Nikon) können im Kurs in begrenztem Rahmen ausgeliehen/getestet werden (Voranmeldung über den Fachbereich).

Fotografieren mit der Spiegelreflex- oder Systemkamera – Vertiefung

Die Möglichkeiten der Einflussnahme aus dem Grundlagenkurs werden nochmals kurz angesprochen und durch den vielfältigen und kreativen Einsatz von Stil-, Gestaltungs- und technischen Mitteln ergänzt und vertieft. Das Ziel ist eine bewusst definierte Bildaussage, eine Bildsprache in Einzelaufnahmen oder ganzen, themenbezogenen Serien.
Auch dieser Kurs ist für „Noch-Analog-Fotograf-/innen" und/oder „Umsteiger-/innen" geeignet.
Im praktischen Teil besteht genügend Zeit, um die besprochenen Themen in Übungen umzusetzen. Besprechung der Bilder/Ergebnisse beim letzten Termin.
Bitte mitbringen:
Eigene SLR (digital/analog) oder Systemkamera – inkl. Bedienungsanleitung und ausreichend Speicherkarten bzw. 3-4 analoge Filme (ISO400)! Digitale SLR's (Nikon) können im Kurs in begrenztem Rahmen ausgeliehen/getestet werden (Voranmeldung über den Fachbereich).

151-38189
Matthias Baumann
Do 23.07.15 18.30–21.30
So 26.07.15 09.00–17.00
Do 30.07.15 18.30–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 71.00

Grundlagen der Spiegelreflexfotografie (Teil 2) – Bildgestaltung

Wir werden uns mit dem Wesentlichen in der Fotografie beschäftigen: Der Bildgestaltung und der Komposition. Denn: „Ich mache gute Bilder und nicht die Kamera!" Letztendlich geht es darum, ein Bild gestalten zu können. Wir beschäftigen uns in diesen Kursen mit der Fotografie als Kommunikationsmedium und den verschiedenen Stil- und technischen Mitteln der kreativen Bildgestaltung. Bei einer Exkursion stehen dann die Umsetzung von Ideen und der praktische Einsatz der bildgestalterischen Mittel im Vordergrund. Wachsen und Entstehen soll eine persönliche und ausdrucksstarke Bildsprache, in Einzelaufnahmen oder Bilderserien. Am letzten Termin besprechen wir unsere Bilder.
Voraussetzungen:
Teilnahme an einem der Grundkurse oder vergleichbares Wissen zur Fotografie.

151-38191
Martin Wolf Wagner
Do 10.09.15 18.00–21.30
Sa 12.09.15 10.00–18.00
Di 15.09.15 18.00–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 87.00

Bitte mitbringen...

Kamera und Bedienungsanleitung

Der fotografische Blick – Erzählen mit der Digitalkamera

Sie haben Freude am Fotografieren und möchten Ihre Ergebnisse verbessern?
Im Seminar nähern wir uns der Fotografie von der inhaltlichen Seite: Welche Themenbereiche interessieren mich als Fotograf/in überhaupt? Steht die Ästhetik im Vordergrund oder der Informationsgehalt? Habe ich es auf das besondere Einzelbild abgesehen oder auf das Erzählerische in einer Bildfolge? Was möchte ich mit meinen Fotos ausdrücken, zeigen? Wie setze ich mein Motiv ins Bild? Von diesen Fragen ausgehend, prüfen wir die Möglichkeiten, die uns die Technik bietet. In praktischen Übungen versuchen wir, unsere Intention gestalterisch umzusetzen und besprechen die Ergebnisse. Ziel des Seminars ist es, beim Fotografieren Inhalt, Form und Technik aufeinander abzustimmen.
Bitte mitbringen: eigene Digitalkamera mit Zubehör (Stativ, Akkus, Ladegerät, Kabel etc.) und Gebrauchsanleitung (es wäre nützlich, wenn die Teilnehmer/innen sich damit schon etwas beschäftigt hätten) sowie zwei eigene Fotos.

151-38203
Willi Dillschneider
Sa 04.07.15 10.00–18.00
So 05.07.15 09.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 85.00

Blitztechnik und ihr kreativer Einsatz
Der Blitz erweitert die fotografischen Möglichkeiten um ein Vielfaches. Inhalte: Technischer Aufbau und Funktion des Blitzgeräts, Leistungsmerkmale etc., und Einsatzmöglichkeiten des Blitzes. Der Einsatz des Blitzlichts bietet weitaus mehr als nur das reine Erhellen zu dunkler Motive. Dieses künstliche Licht eröffnet uns auch vielfältige Möglichkeiten in der kreativen Bildgestaltung, z.B.: Aufhellblitzen bei Tageslicht, Aufhellblitzen in Dämmerungssituationen, direktes/indirektes Blitzen, Einsatz von verschiedenen Aufhellern beim Blitzen, Master/Slave-Einsatz von Blitzgeräten, Blitzen in Verbindung mit Langzeitbelichtungen und vieles mehr. Mit praxisorientiertem Workshop.
Voraussetzungen:
Teilnahme an einem der Grundkurse oder ähnliches Grundlagenwissen.
Bitte mitbringen:
Kamera und Blitzlichtgerät, sowie die jeweilige Bedienungsanleitung, wenn vorhanden.

151-38207
Martin Wolf Wagner
Do 03.09.15 18.00–21.30
Sa 05.09.15 10.00–18.00
Di 08.09.15 18.00–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 84.00

Wildlife und Makro (Tiere und Pflanzen) Großes und kleines Leben in der Wilhelma – ein Themenkurs zur SLR-Vertiefung
Geeignet für Aufsteiger/innen aus dem Grundlagenkurs oder Fotograf/innen, die vergleichbare Kenntnisse zu Belichtung und Fokussierung haben. Der Schwerpunkt liegt hier bei den gestalterischen und kreativen Mitteln zur definierten Bildaussage im Hinblick auf die beiden Themen „Tiere und Pflanzen in Makro" und „Wildlife".
Im praktischen Teil in der Wilhelma werden die besprochenen Themen in Übungen umgesetzt. Abschließend erfolgt eine Sichtung, Besprechung und Auswertung. (Dieser Kurs ist für „Analog-Fotograf/innen" weniger gut geeignet).
Bitte mitbringen
Eigene SLR/Systemkamera, mit zu den Themen passenden Objektiven (Makro/Tele) inkl. Bedienungsanleitung und ausreichend Speicherkarten. Digitale SLR (Nikon)/passende Objektive (Nikon) können im Kurs in begrenztem Rahmen ausgeliehen/getestet werden (Voranmeldung über den Fachbereich!).

151-38212
Matthias Baumann
Di 07.07.15 18.30–21.30
So 12.07.15 09.00–17.00
Di 14.07.15 18.30–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 71.00 ohne Eintrittsgebühr für die Wilhelma

Menschen- und Portraitfotografie
Menschen in der Fotografie zu erfassen, heißt vor allem auch, sich einzulassen auf das Gegenüber. Individualität erfassen, Charakteristisches erkennen und hervorheben sind die wichtigsten Bestandteile der Menschen- und Portraitfotografie. Der auf praktische Umsetzung aufgebaute Workshop gibt dazu Anleitung und genügend Spielraum.
Bitte eigene Kamera mitbringen.

151-38219
Hans Bertleff
Sa 13.06.15 10.00–16.00
So 14.06.15 10.00–16.00
Di 23.06.15 18.30–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 80.00

Portraitfotografie ohne Studio
Kein Bereich der Fotografie fasziniert so sehr wie die Darstellung des Menschen. Nicht selten sind die Abgebildeten jedoch unglücklich über die Ergebnisse und viele Menschen agieren vor der Kamera befangen. Neben der Fototechnik spielt deshalb das Arbeiten mit dem Modell eine große Rolle. Beide Aspekte werden im Kurs behandelt.
Für ansprechende Portraitaufnahmen ist kein professionelles Fotostudio notwendig, stattdessen suchen wir nach geeigneten Beleuchtungsverhältnissen in normalen Innenräumen und im Freien und optimieren mit einfachen Hilfsmitteln, wie Aufhellschirmen, die Bedingungen.
Bitte mitbringen:
Spiegelreflexkamera (ist von Vorteil) oder Kompaktkamera mit jeweiliger Bedienungsanleitung und eventuell vorhandenes Zubehör (kein Fotohandy). Zum Praxistermin können und sollen Portraitmodelle aus dem Bekanntenkreis der Teilnehmenden zur Verfügung stehen.

151-38220
Stefan Seip
Mi 01.07.15 18.30–20.30
Mi 08.07.15 18.30–20.30
Sa 11.07.15 10.00–14.30
Mi 22.07.15 18.30–20.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 65.00

Der Mensch im Focus
Menschlich und fotografisch herausfordernd ist das Porträtieren von Menschen, die es nicht gewohnt sind, fotografiert zu werden, die oftmals unsicher vor einer Kamera agieren. Um fotografische Ergebnisse zu bekommen, die allen gefallen, ist eine Situation herzustellen, in der sich alle wohlfühlen.
Mit Licht in seinen verschiedenen Formen (hartes/weiches Licht, seitliches oder Gegenlicht, künstliches Licht) erzielt man unterschiedliche Bildwirkungen/-aussagen. Oder auch: durch die Wahl der Brennweite. Weiter spielt der Hintergrund/die Umgebung eine Rolle.
Nach der theoretischen Einführung fotografieren wir in Kleingruppen mit verschiedenen Aufgabenstellungen und Übungen, an unterschiedlichen Orten.
Ein Stativ ist kein Muss, kann aber hilfreich sein, da der Hintergrund z.B. bei Serienaufnahmen kontrolliert und unverändert bleibt.
Bitte die Bedienungsanleitung der Kamera mitbringen, wenn vorhanden.

151-38222
Martin Wolf Wagner
Sa 27.06.15 10.00–18.00
Di 30.06.15 18.00–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 68.00

Kreative Makrofotografie
Besonders die Liebhaber der Makrofotografie müssen genau hinschauen, um ihre Motive zu finden. Wer mit seiner Kamera in den Makrobereich vordringt, findet sich plötzlich in einer ganz neuen Welt voller unbekannter, überraschender Motive. Das Klischee der ‚Biene auf der Blüte" bleibt allerdings außen vor, stattdessen soll die Makrofotografie als Spielwiese für kreative, kunstvolle Ergebnisse erschlossen werden. Der Kurs enthält neben der Theorie auch einen praktischen Teil, in dem Sie unter fachmännischer Anleitung Ihre eigenen Makrofotos erstellen.
Zubehör für eine makrotauglich digitale SLR? Meistern der größten Makro-Probleme. Wie sinnvoll ist Blitzlicht im Makrobereich? Welche kreativen Chancen bieten sich?
Voraussetzungen:
Beherrschung der SLR auch im manuellen Modus.
Bitte mitbringen: Kamera, Makro-Zubehör, Bedienungsanleitungen, Stativ, Makromotive.

151-38241
Stefan Seip
Sa 25.07.15 09.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 58.00

„...den kleinen Dingen auf der Spur" – Makrofotografie im Studio
In der schönen und warmen Jahreszeit sollten sie immer und fast überall zu finden sein: die Motive für die Makrofotografie. Aber wenn Sommerwetter mal wieder nicht mitspielen will, dann suchen wir uns die interessanten Motive im Haus und helfen der Sonne mit künstlichem Licht ein wenig auf die Sprünge. Ein 100%-Praxiskurs, der einfach nur Lust auf mehr machen soll.
Voraussetzungen:
Dieser Kurs eignet sich für Aufsteiger/innen aus dem Grundlagenkurs oder Fotograf/innen, die bereits vergleichbare Kenntnisse zu Belichtung mit manuellem Eingriff haben.
Bitte mitbringen:
Eine eigene SLR/Systemkamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten sollte vorhanden sein, inkl. Bedienungsanleitung und ausreichend Speicherkarten! Digitale SLR (Nikon) und Stative können im Kurs in begrenztem Rahmen ausgeliehen/getestet werden (Voranmeldung über den Fachbereich!).

151-38242
Matthias Baumann
Sa 23.05.15 10.00–17.30
pixxel2go-Studio Im Länderrain 15/2 71732 Tamm
EUR 99.00 incl. Schulungs- und umfangreichen Foto- und Verbrauchsmaterialien, sowie Unterlagen und Onlineforum.

Fotoexkursion: Wasser/Landschaften – Uracher Wasserfall
Am Uracher Wasserfall, stürzt der Brühlbach, vom Hochplateau der Schwäbischen Alb, ca. 40 Meter tief ins Maisental hinab. Dabei hinterlässt der Bach seit Jahrhunderten Kalkablagerungen, die heute den weiteren Bachverlauf mit dunklen Moosflächen prägen. Wir folgen vom Wanderparkplatz aus dem Bachverlauf hinauf bis zum Absturz des Wasserfalls.
Bitte mitbringen:
Ihre Kameraausrüstung (Brennweiten leichtes Weitwinkel bis zum Teleobjektiv), stabiles Stativ, Fernauslöser und wenn vorhanden Grau- bzw. ND- und Polfilter sowie eine Plastiktüte. Der Witterung angepasste, ggf. warme und winddichte Bekleidung (+Mütze), Regenschutz, dazu rutschfeste Schuhe, die nass werden dürfen, Gummistiefel (kniehoch), Sonnenschutz. Persönliche Verpflegung und ausreichend zu Trinken.

151-38602
Mark Robertz
So 17.05.15 06.00–13.00
EUR 54.00
Treffpunkt: Bad Urach am „Wanderparkplatz P23 Wasserfall" im Maisental beim Kurzentrum
Hinweis: Die Teilnahme erfolgt ausdrücklich auf eigene Gefahr!

Kreatives Schreiben

Das Schreiben – ein Spiel
Nach Geschichten fischen, die unter der Oberfläche des Alltags schwimmen, nach Wortperlen tauchen, die sich im Schlamm verstecken. Es gilt, einen Blick in die eigene innere Schatzkammer zu werfen. Selbstvergessen, absichtslos, Gedanken strömen und Gefühle fließen lassen.
Zwei Samstage mit Übungen und Spielen als Lockerungsgymnastik für Geist und Seele. Um Kreativität freizusetzen. Um sich vor größeren literarischen Anstrengungen einzustimmen. Um sich der Inspiration zu öffnen. Um seine eigene Geschichten zu finden, sein eigenes Thema.

151-24505
Ulrike Maushake
Sa 27.06.15 11.00–17.00
So 28.06.15 11.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 89.00 keine Ermäßigung möglich

Von der Idee zur Geschichte
Wie entwickle ich eine Erzählstrategie, die einen Spannungsbogen bis zum Ende schafft? Der Kurs bietet Handwerkszeug zur Struktur von Geschichten, das mit Schreibübungen praktisch erprobt wird und sich sowohl auf Kurzgeschichten und Romane als auch auf szenische Stoffe anwenden lässt. Der Kursleiter Bernd Storz ist freier Autor (Krimi, Hörspiel, Drehbuch) und Dozent für Szenisches Erzählen und Drehbuch u.a. an den Universitäten Stuttgart, Freiburg und Tübingen.

151-24525
Bernd Storz
Fr 19.06.15 17.45–21.00
Sa 20.06.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 89.00 keine Ermäßigung möglich

„Relax and Write" – Yoga und Schreiben
In diesem Kurs verbindet sich die geistige und körperliche Entspannung des Yogas mit dem inneren Weg des Kreativen Schreibens. Sanfte Yogaübungen (ohne Vorkenntnisse) lassen kreative Energie entstehen. Die Schreibübungen sind abwechselnd mal spielerisch, mal tiefer gehend. Bitte bequeme Kleidung, Papier und Stift mitbringen. Clare Jay (Künstlername; www.clarejay.com) ist Autorin und ausgebildete Yogalehrerin.

151-24535
Dr. Clare Johnson
Sa 25.07.15 11.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 49.00 keine Ermäßigung möglich
(max. 8 TN)
Anmeldung erforderlich

Schreibwerkstatt Idee
Ideen „liegen auf der Straße". Sie finden sie in der Zeitung, in den Nachrichten, Sie entdecken sie in einem Bild oder hören sie in Berichten von Freunden und Kollegen. In dieser Schreibwerkstatt suchen wir Ideen, wir verarbeiten und überarbeiten sie und entwickeln (schreiben) schließlich ein eigenes Kunstwerk – eine Geschichte daraus.

151-24558
Mareike Fröhlich
Sa 13.06.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 59.00 keine Ermäßigung möglich
Anmeldung erforderlich

Schreibwerkstatt Figuren
Durch gute Figuren und glaubhafte Charaktere erleben wir eine Geschichte, anstatt sie nur zu lesen. Überzeugende Figuren werden unvergesslich. Aber was braucht eine Figur, um „unvergesslich" zu werden? Das erfahren Sie in diesem Kurs. Wir werden Figuren zum Leben erwecken, ihnen Aussehen und Charakter verleihen und sie mit jeder Menge Gefühle ausstatten. So erschaffen Sie die Grundbausteine für Ihre Geschichten.

151-24560
Mareike Fröhlich
Sa 18.07.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 59.00 keine Ermäßigung möglich
Anmeldung erforderlich

Theater

Sommernachts – Impro
Kurz vor Sonnenuntergang noch ein bisschen Theater spielen? Bei schönem Wetter raus gehen? Dann ist dieses Angebot genau das Richtige! Wir erforschen gemeinsam verschiedene Formen der Improvisation und entwickeln dabei unsere körperliche und sprachliche Ausdrucksweise weiter. Beim Erfinden spannender Geschichten stecken wir uns gegenseitig mit kreativen Ideen und Mut an – und manches davon bei schönem Wetter auch mal unter freiem Himmel. Wir entdecken wie vielseitig unsere Kreativität ist und wie viel Spaß es macht, sie zu nutzen!

151-25290
Natalie Hellerich
Fr 12.06.–24.07.15 jew. 19.30–21.30, 7-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 68.00 keine Ermäßigung möglich

Musik

Pop-Rock und Latin auf der Ukulele begleitet
Die Ukulele ist wieder in Mode gekommen. Ukulelen sind nicht teuer und einfacher zu spielen als die Gitarre. Auch ist sie stimmungsvoller am Lagerfeuer, bei Geburtstagen und Feiern.
Die Teilnehmer benötigen nur eine Ukulele, Humor und Lust zu singen.
Texte und Akkorde, Schlagmuster und Spieltechniken lernen wir an diesem Wochenende.
Bitte bringen Sie Ihre Ukulele mit.

151-10166
Arturo Luna
Sa 11.07.15 10.00–18.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 38.00
Anmeldung erforderlich!

In Kooperation mit Cuba Cooperación e. V.

Fiesta cubana! mit Son und Soneros
Konzert und kubanisches Essen
Wir versprechen Ihnen einen karibischen Abend mit sehr vielen Informationen über diese wunderbare Insel sowie interessante Begegnungen. Und falls Sie schon in Kuba waren, holen Sie einfach ihre „Guayaberas“ und Sombreros aus dem Schrank. Wir freuen uns auf Sie!

151-10275
Rodolfo Larrudé Iglesias
Sa 04.07.15 19.30–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 8.00 Karten sind an der Abendkasse erhältlich!

Internationaler Chor – Mitmachen – Mitsingen!
Chorgesang – Workshop mit internationalem Repertoire
In Kooperation mit dem Verein Freundschaftsbrücke e. V.

151-10285
Matias Bocchio
Mi 13.05., Mi 20.05., Mo 01.06., Mo 08.06., Mo 15.06., Mo 22.06., Mo 29.06., Mo 06.07., Mo 13.07., Mo 20.07., Mo 27.07., jeweils von 20.00 – 21.30 Uhr
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 64.00
Anmeldung erforderlich!

Voiceworks
Voiceworks baut mit einfachen, auch alleine praktizierbaren Stimm-, Atem- und Körperübungen Stress ab, Wege zu neuen Resourcen werden eröffnet. In diesen kreativen Lehrstunden besteht die Möglichkeit, teilweise in wenigen Minuten, Übungen anzuwenden. Dadurch wird ein erhöhtes Bewußtsein gegenüber Stress erzeugende Situationen entwickelt.
Bitte bequeme Kleidung mitbringen

151-27186
Sylvia Reich
Sa 04.07.15 10.30–17.30
TREFFPUNKT
Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 39.00

Singen kann jeder!
Viele Menschen haben eine ursprüngliche Freude und einen direkten Zugang zum Singen. Richtige Atmung, Technik, Musikalität und emotionale Offenheit sind dabei wichtige Aspekte. Dieses Seminar gibt einen umfangreichen und interessanten Einstieg in die Grundlagen des Gesangs.
Erlerntes wird sofort in Stücken praktisch angewandt und somit erhält jede/r Teilnehmer/in einen ganz persönlichen, individuellen Zugang zu seiner Stimme und entdeckt die Freude am bewußten Singen.
Auf Wunsch mit Kursassistenz
Wenn Sie eine Kursassistenz benötigen senden Sie bitte eine E-Mail an katrin.wahner@vhs-stuttgart.de oder rufen Sie uns an unter: 0711 1873-717
Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

151-27195
vhs Inklusion
Gregor Otto Papadopoulos
Sa 20.06.15 10.00–15.00
So 21.06.15 10.00–13.00
TREFFPUNKT
Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 38.00
Anmeldung: 0711 1873-717
katrin.wahner@vhs-stuttgart.de
Bitte geben Sie an, ob Sie eine Kursassistenz mitbringen bzw. benötigen.

Gitarrenspiel – Phase I – für Anfänger/innen ohne Noten
Wir behandeln Instrumentalbeispiele mit der Solo- und Begleitgitarre. Gespielt wird nach Griffbildern und Tabulaturen. Es werden leichte Zupftechniken, das Melodie- und Solospiel sowie der Umgang mit dem Plektrum vermittelt. Notenkenntnisse werden nicht vorausgesetzt. Bei Neuanschaffung Beratung in der ersten Kursstunde. Bitte Instrument mitbringen.

151-27212
Bernd Bugl
Mi 13.05.–15.07.15 jew. 18.00–19.30, 8-mal
vhs-Zentrum Ost, Ostendstr. 110, 70188 Stuttgart
EUR 69.00

Gitarrenspiel – Phase I Kompaktwoche – für Anfänger/innen ohne Noten
Wir behandeln Instrumentalbeispiele mit der Solo- und Begleitgitarre. Gespielt wird nach Griffbildern und Tabulaturen. Es werden leichte Zupftechniken, das Melodie- und Solospiel sowie der Umgang mit dem Plektrum vermittelt. Notenkenntnisse werden nicht vorausgesetzt. Bei Neuanschaffung Beratung in der ersten Kursstunde. Bitte Instrument mitbringen.

151-27214
Bernd Bugl
Mo–Fr 03.08.–07.08.15 10.00–12.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 59.50
Kinderbetreuung ab 2 Jahren nach Absprache möglich.

Gitarrenspiel – Phase II
Wir behandeln modernes Fingerpicking, erste Picking-Übungen für beide Hände. Einführung in das Pattern-Picking, Melodiepicking, sowie die Barré-Grifftechnik und Songbegleitung.

151-27216
Bernd Bugl
Mo 11.05.–13.07.15 jew. 20.00–21.30, 8-mal
Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart
EUR 69.00

Gitarrenspiel – Phase III
Erlernte Akkorde, die in den Phasen I und II vermittelt wurden, werden so variiert, dass Grooves in verschiedene Stilrichtungen gespielt werden können, kombiniert mit Improvisationstechnik an der akustischen Gitarre.

151-27217
Bernd Bugl
Mi 13.05.–15.07.15 jew. 19.30–21.00, 8-mal
vhs-Zentrum Ost,
Ostendstr. 110, 70188 Stuttgart
EUR 69.00

Bluesstory I – Der Einstieg in das akustische Bluesgitarrenspiel
Bluestory bietet einen Überblick über die Geschichte, Harmonik und Aufbau des Blues. Vermittlung grundlegender Spieltechniken wie Hammer-on, Pull-Off, Slide, Vibrato. Eine Einführung in die Techniken der Bluesbegleitung und Bluesimprovisation, sowie das Kennenlernen und Einüben von Soloblueskompositionen in den wichtigsten Bluesstyles: Country Blues, Delta Blues, Ragtime Blues, Texas Blues, Boogie Woogie, Modern Blues Ballad, Chigago Blues. Teilnehmen können Einsteiger ins Bluesgitarrenspiel, sowie Klassische- und Bluesgitaristen, die ihre stilistische Bandbreite erweitern wollen.
Noten: Volker Luft, „Bluesstory“, Hofmeister Verlag/Leipzig (19,80 Euro) (im Handel oder bei Kursbeginn beim Dozenten erhältlich)
Voraussetzungen:
keine Notenkenntnisse erforderlich

151-27225
Volker Luft
Fr 19.06.15 18.30–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 32.00

Gitarre – Schnuppertag für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Für alle, die schon immer Gitarre spielen wollten. Sie erfahren, ob die Gitarre das „richtige“ Instrument ist und lernen einige Grundlagen um selbständig üben zu können.
Die vielfältigen Möglichkeiten der Gitarre werden angesprochen und geübt: Einfache Begleitakkorde, Schlagtechnik und Zupfmuster, Melodiespiel.
Für Fragen und Wünsche gibt es jede Menge Raum.
Leihgitarren stehen für 10,00 EUR beim Kursleiter in begrenzter Anzahl zur Verfügung (unbedingt rechtzeitig beim Kursleiter reservieren! (Tel. 07144 23164 oder kern-bauer@gmx.de, Körpergröße angeben, Linkshänder?).
Voraussetzungen:
Vorkenntnisse und/oder Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: Gitarre und Schreibstift oder Leihgitarre reservieren.

151-27235
Wolfgang Kern-Bauer
Sa 13.06.15 10.30–17.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 42.50

21. TREFFPUNKT Jazz – Workshop

Der traditionelle Jazz-Workshop mit herausragenden Dozenten aus der süddeutschen Jazz-Szene richtet sich sowohl an Musikerinnen und Musiker, die einen Einstieg in den Jazz suchen, wie auch an Fortgeschrittene, die neue Impulse und Anregungen für Ihre Musik wünschen! Der Schwerpunkt des Workshops wird wie immer die Bandpraxis mit Angeboten aus verschiedenen Stilrichtungen sein.
Zum Unterricht gehören Instrumental- und Gesangsunterricht, Harmonielehre, Rhythmustraining und Jazzgeschichte.
Dozenten sind Anne Czichowsky, Jeschi Paul, Martin Schrack, Ralf Hesse, Eberhardt Budziat, Obi Jenne, Steffen Kistner, Andreas Francke und Martin Wiedmann. Kooperationsveranstaltung der Stuttgarter Musikschule mit der volkshochschule stuttgart.

151-27550K
Do 14.05.–17.05.15 jew. 10.00–18.00, 4-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
Anmeldung und weitere Informationen
http://www.stuttgart.de/musikschule-workshops
Tel. 216-66230 Maximilian Kutzner
Der Workshop kostet 200 EUR (120 EUR für Schüler/innen der Stuttgarter Musikschule)

Konzerte und Aufführungen

Konzertbesuch: Klassische indische Musik

für Frauen

Im Theater am Faden in Heslach sind regelmäßig Sänger und Musiker aus Indien zu Gast, die mit klassischer indischer Musik das Flair von Mumbai und Kalkutta nach Stuttgart bringen. Dort bietet sich uns die in Deutschland seltene Gelegenheit, hochrangige professionelle Künstler aus Indien zu hören und zu erleben.
Im Einführungskurs lernen wir die Besonderheiten der indischen Musik kennen: welche Melodien und Rhythmen, welche Instrumente machen den charakteristischen Sound aus? Worin bestehen Unterschiede oder Gemeinsamkeiten im Vergleich mit der europäischen Musik? Welche Rolle spielt klassische indische Musik in ihrer Heimat? Intensives Einhören und Sich-Einlassen auf diese Musik bereitet uns auf den Konzertbesuch vor.
Anmeldeschluss: 18.05.15

151-18590
Hedwig Noebels
Einführung: Mo 06.07.15 08.30–11.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
Konzert: Sa 11.07.15 20.00-ca. 22.00
Theater am Faden Hasenbergstr. 32 70199 Stuttgart
EUR 37.00 inkl. Konzertkarte

Iranisch-Deutsches Klavier Konzert

Tauchen Sie mit der iranischen Pianistin in die musikalische Welt des Irans ein. Sie wird die von ihr komponierten Lieder am Flügel spielen und mit iranischen und klassischen Liedern begleiten.
Im zweiten Teil des Abends wird der iranisch-deutsche Chor Lieder vortragen, die von Soraya Vahab-Ghalyaghe am Flügel begleitet werden.
Soraya Vahab-Ghalyaghe wurde im Iran ausgebildet, sie ist Konzertkomponistin und Pianistin mit einer 25-jährigen Berufserfahrung. Klassik, neu- und alt-persische Musik sind ihre Leidenschaft.

151-27390
Soraya Vahab-Ghalyaghi
Sa 20.06.15 19.00–20.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 10.00/EUR 8.00 Ermäßigte Gebühr

Werkstatt-Soiree

Wir laden Sie herzlich zu der sommerlichen Werkstatt-Soiree der Gesangsklasse von Ingeborg Krebs-Kluge im Rahmen der Musikalischen Erwachsenenbildung mit Gesangsolisten der vhs und Musikschule ein.

151-27420Q
Ingeborg Krebs-Kluge
So 26.07.15 16.00–16.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
Eintritt frei

Konzert der Musikalischen Erwachsenenbildung

Wir bieten den fortgeschrittenen Teilnehmenden des Einzelunterrichts, wie auch den Ensemble-Kursen der vhs die Möglichkeit, die Ergebnisse ihrer Arbeit zu präsentieren. Die Dozenten/innen werden sich mit eigenen musikalischen Beiträgen am Konzert beteiligen. Gäste sind herzlich willkommen.

151-27450
Do 16.07.15 19.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
Eintritt frei

Künstlerisches Gestalten – Kunsthandwerk

Goldschmieden für Fortgeschrittene

Hier können Sie die im ersten Kurs erworbenen Grundtechniken des Goldschmiedens anwenden, um eigene Schmuckstücke zu entwerfen und anzufertigen. Bei der Umsetzung Ihrer Schmuckideen unterstütze ich Sie natürlich gerne mit meinen fachlichen Kenntnissen.
Das Werkzeug wird gestellt. Das Material wird nach Verbrauch direkt im Kurs abgerechnet. Papier und Bleistift mitbringen.

151-34200
Monka Hartmann
Mo 08.06.–06.07.15 jew. 17.30–20.30, 5-mal
Merz-Schule Metallwerkstatt,
Gänsheidestr. 125, 70186 Stuttgart
Nebengebäude Eingang neben Garage
EUR 122.00 inkl. EUR 12.00 Werkzeugbenutzung

Goldschmieden lernen

Mit Säge, Hammer, Feile, Lötgerät und anderen typischen Werkzeugen einer Goldschmiedewerkstatt fertigen Sie unter Anleitung ein Schmuckstück aus Sterlingsilber. Sie lassen sich auf ein faszinierendes Hand-werk ein und werden vielleicht feststellen, wie herausfordernd und gerade deshalb wohltuend diese Arbeit ist (keine Gießtechniken, keine Fertigteile).
Das Werkzeug wird gestellt. Das Material wird nach Verbrauch direkt im Kurs abgerechnet. Bitte bringen Sie Schreibzeug mit.

151-34460
Almuth Brockes
Fr 10.07.15 18.30–21.30
Sa 11.07.15 10.00–16.30
So 12.07.15 10.00–16.30
Merz-Schule Metallwerkstatt,
Gänsheidestr. 125, 70186 Stuttgart
Nebengebäude Eingang neben Garage
EUR 122.00 inkl. EUR 12.00 Werkzeugbenutzung

Mosaik für Fortgeschrittene – Ein Vogelbad gestalten

Tauchen Sie ein in die Faszination des Mosaiklegens! Sie benutzen hochwertige Materialien und erstellen einen schönen Blickfang für Ihren Garten oder Balkon oder für Ihre gefiederten Freunde. Mosaikgrundlage ist eine vorgefertigte flache Tonschale von etwa 29 cm Durchmesser.
Bringen Sie gerne Ihre maritimen Fundstücke mit und integrieren Sie diese als bleibende Erinnerung in Ihr selbst geschaffenes Kunstwerk. Arbeitskleidung, etwas handwerkliches Geschick und Ausdauer – mehr nicht. Das Material (Tonschale und Mosaiksteine) und das nötige Werkzeug sind vorhanden.
Beispiele unter www.heide-schaefer-design.de

151-34740
Karin Heide-Schäfer
Sa 20.06.15 10.00–17.00
So 21.06.15 10.00–13.00
EUR 83.00 inkl. EUR 35.00 Material
Kleingruppe: max. 6 Personen
Unterichtsort: Werkstatt Heide-Schäfer-Design, Engelboldstr. 10, 70569 Stuttgart

Vom Stoffdesign zum Unikat – entwerfen, drucken, nähen

An diesem Wochenende lernen sie zuerst verschiedene Textildrucktechniken kennen. Sie entwerfen eigene Muster und erstellen eigene Druckstempel und Schablonen. So können Sie Ihre eigenen Ideen umsetzen und gestalten Ihre ganz persönlichen Stoffe.
Mit diesen Stoffen können Sie dann Taschen, Täschchen, Kissen nähen, oder Sie bedrucken eigene Kleidungsstücke, die Sie mitbringen und verwandeln sie so in Unikate. ▶

Oder ich zeige Ihnen wie Sie ganz einfach aus zwei Teilen ein neues Designerstück machen oder, oder ...
Es bleibt genug Zeit, sich gegenseitig zu inspirieren und zu experimentieren.
Besondere Nähkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: Stoffe, Stoffreste, Kleidungsstücke oder sonstige Textilien zum Bedrucken und Verändern.

151-34755
Susanne Bäuerle
Sa 27.06.15 10.00–17.00
So 28.06.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 64.00 Kleingruppe 8 Personen

Offene Werkstatt – Keramik und Plastisches Gestalten

Das Angebot wendet sich an alle, die eigenständig künstlerisch arbeiten und ihr Talent entwickeln wollen. Das Drehen auf der Töpferscheibe kann ausprobiert werden. Dazu sind Vorkenntnisse im Umgang mit dem Werkstoff Ton erforderlich. Material- und Brennkosten werden anteilig erhoben. Keine Ermäßigung möglich.

151-35009
Doris Walter-Keim
Fr 22.05.15 17.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 15.00

151-35010
Doris Walter-Keim
Fr 12.06.15 17.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 15.00

151-35011
Doris Walter-Keim
Fr 19.06.15 17.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 15.00

151-35012
Doris Walter-Keim
Fr 26.06.15 17.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 15.00

151-35013
Doris Walter-Keim
Fr 03.07.15 17.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 15.00

151-35014
Doris Walter-Keim
Fr 10.07.15 17.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 15.00

Keramik-Wochenende

Anfänger/innen werden die Eigenart des Materials Ton und die verschiedenen Formgebungs- und Dekorationstechniken kennen lernen. Der Neigung entsprechend werden freie Formen oder Gebrauchsgegenstände entwickelt. Fortgeschrittene können neue Techniken erlernen und an der Töpferscheibe drehen. Es steht eine elektrische Scheibe zur Verfügung.

151-35025
Doris Walter-Keim
Sa 27.06.15 09.30–18.00
So 28.06.15 09.30–15.00
Sa 18.07.15 13.30–17.00
Die Glasur findet am 18.07.15 statt.
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 98.00 Materialkosten werden nach persönlichem Verbrauch im Kurs berechnet und erhoben.

Frei nach Niki de Saint Phalle: Die Nana-Figur

Gestalten Sie Ihre „Nana“ als Kleinplastik (ca. 30 cm). Hierbei kommt es nicht auf die genauen Proportionen an, sondern auf einen kraftvollen Ausdruck und eine üppige Formgebung nach Ihren Wünschen. Farbenfroh, unabhängig und eigenwillig strahlen die Plastiken der Künstlerin Niki de Saint Phalle in unsere Welt. Lassen Sie sich inspirieren und schaffen Sie sich Ihre Nana. Ihren plastischen Formenunterbau können Sie direkt auf eine Unterkonstruktion aufbauen und gestalten, die ich für Sie mitbringe. Die Figur wird mit Gipsbinden ummantelt und bemalt. Bei Bedarf können Sie sich einen Sockel erstellen.
Bitte mitbringen:
Gut klebendes Kreppklebeband (glatt!), ca. 3-4 cm Breite, 2 Zeitungen, Schere. Zum zweiten Termin zusätzlich: 2 Plastikschalen (mittlere Größe).

151-35360
Sabine Reiber
Di 09.06.–30.06.15 jew. 18.30–21.00, 4-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 60.00 Materialkosten in Höhe von ca. EUR 24.00 werden im Kurs erhoben. Nachberechnung bei Mehrverbrauch.
Sie können sich in diesem Kurs auch selbst eine Unterkonstruktion aus Draht erstellen.

Kalligraphie und Farbe – experimentell

Lyrik, kalligraphisch interpretieren – ein reizvolles Thema – zumal wir vieles ganz neu sehen lernen. Selbst Mörike und Hesse bekommen durch neue Sicht, experimentelles, sehr unterschiedliches Schreibgerät, ein „neues Gewand“ und somit neue Aufmerksamkeit.
Bitte mitbringen: verschiedene Bandzugfedern, wer hat, auch „automatic pen“ oder Kalligrafie-Füller, verschiedene Tinten, Lineal, Zirkel, 2 Stifte, Wasserfarben u.ä., Skizzenblock und Aquarellblock (feine Struktur, A4), 1-2 große Bogen Tonpapier.

151-36201
Renate Mildner-Müller
Sa 13.06.15 09.00–18.00
So 14.06.15 09.00–17.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 95.00

Japanische Kalligraphie: Kana – Haiku „Wasser“ im Shikishi

„Haiku“ ist ein kurzes japanisches Gedicht (5,7,5 Silben), das sich in der Geschichte der Literatur in Japan als Miniaturform entwickelt hat. Es lassen sich tiefe Momente der Natur- und Lebensbetrachtung nachempfinden. Wir schreiben Haikus mit der japanischen „Kana“ Schrift, einer Lautschrift, die sich seit dem 8. Jahrhundert aus der chinesischen Schrift entwickelt hat. Die „Kana“ Kalligraphie ist leicht und geschwungen. Das Schriftbild bildet eine Landschaft, ein Ornament, einen Rhythmus. Wir erfahren den Sinn des Gedichts und die Räumlichkeit der „Kana“ Kalligraphie. Wir werden die fertig geschriebene Kalligraphie auf Papier aufziehen und anschließend die Shikishi herstellen. „Shikishi“ ist ein klassisches Format (24x27cm) für die japanische Kalligraphie.
Voraussetzungen:
Für Anfänger, mit oder ohne Vorkenntnisse werden Grundtechniken, und für Erfahrene, weiterbildende Übungen vermittelt.

151-36205
Ichizu Hashimoto
Mi 10.06.–01.07.15 jew. 18.30–20.30, 4-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 54.00

Japanische Kalligraphie: Kanji – Worte des Zen im Shikishi

Kalligraphie ist die Kunst des Schreibens chinesischer Schriftzeichen (Kanji). In Japan ist das Schreiben der „Kanji“ in der Kalligraphie seit 1500 Jahren zu einem wichtigen Teil der Kultur geworden. Es geht bei der Kalligraphie „Kanji“ nicht nur um die richtige Anordnung der Linien zu Ideogrammen, hier soll auf abstrakte Weise Bedeutung zum Ausdruck kommen und sich auch etwas über die Persönlichkeit des Schreibers mitteilen. Wir schreiben einige Worte des Zen, die inhaltlich von Lebensweisheit handeln. Wir werden die fertig geschriebene Kalligraphie auf Papier aufzuziehen und anschließend die Shikishi herzustellen. „Shikishi“ ist ein klassisches Format (24x27cm) für die japanische Kalligraphie.
Voraussetzungen:
Für Anfänger, mit oder ohne Vorkenntnisse werden Grundtechniken, und für Erfahrene, weiterbildende Übungen vermittelt.

151-36207
Ichizu Hashimoto
Mi 08.07.–29.07.15 jew. 18.30–20.30, 4-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 54.00

Schon gewusst...

Für Kurse 142-36205 und 142-36207:
Wer keine Ausstattung (Pinsel, Tuschestab und Reibestein) hat, kann diese im Kurs für EUR 1.00 ausleihen. Materialkosten in Höhe von ca. EUR 6.00 werden nach Verbrauch im Kurs erhoben.

Chinesische Tuschmalerei

Chinesische Tuschmalerei ist eine jahrtausendealte Kunstform. Ihr Ziel ist nicht die exakte Nachbildung eines Objekts, sondern das Erlangen des Wesens, des Entwicklungsmusters, der Bewegungen der dargestellten Dinge. Die Darstellungen enthalten viel versteckte Symbolik, was dem Bild für den, der es zu deuten vermag, eine zusätzliche Dimension verleiht. Wie

in jeder Kultur, ist auch die chinesische Tuschmalerei der Spiegel jener ästhetischen Empfindungen, deren Ursprünge in der Religion, in der Philosophie und in der Sprache zu suchen sind.
Unser Kurs bietet dem Anfänger grundlegende Informationen über Materialien, Arbeitsgeräte und Techniken. Er macht mit den wichtigsten Strichen vertraut, aus denen sich verschiedene Motive entwickeln lassen.
Voraussetzungen:
Vorkenntnisse sind für diesen Kurs nicht notwendig.

151-36209
Dong Zhang
Sa 20.06., So 21.06., Sa 04.07., So 05.07, Sa 18.07, So 19.07, jeweils von 14.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 96.00 Pinsel, Tusche und Tuschstein erwerben Sie im Kurs, Kosten ca. EUR 15,00.

Die Zeichnung – Kunst des Augenblicks
Durch Experimentieren und bewusstem Einsatz von Linien, Texturen, Schattierungen und Tonwerten aus der gegenständlichen Welt lernen Sie, eine plastische Darstellung zu erzeugen. Sie werden vertraut mit unterschiedlichen Zeichenmaterialien sowie mit Kompositions-Prinzipien, Proportionen, Perspektive u. a. Techniken. Schnelles Skizzieren verstärkt Ihre Fähigkeit, rasch das Wesentliche wahrzunehmen. Eine anregende Zeichnung entsteht. Sie lernen, Wasser- und Pastellfarben anzuwenden, um zeichnerisch die Welt abzubilden. Durch den Einsatz von Tonwerten wird die Zeichnung in die Malerei umgeleitet.
Die Zeichnung gibt die Realität nicht vollständig wider, sondern zeigt die Umrisse nur vereinfacht. Auch Zeichnungen werden oft in Tonwerten ausgeführt, so wie bei Tuschelavierungen und Kohle. Eine harte Trennlinie zwischen Malerei und Zeichnung gibt es nicht.
Voraussetzungen:
Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.
Bitte mitbringen: Skizzenblock 30x40 cm, Bleistifte HB, B, 2B, Kohle, Klammern, Klebeband, Radiergummi, Anspitzer, Zeichenbürste, Taschentücher, Stofftücher. Weitere Materialien bitte nach unserer Besprechung besorgen.

151-36220
Mariana Cinteanu
Fr 12.06.–17.07.15 jew. 18.30–21.00, 6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 84.00

Zeichnen für Einsteiger-/innen
Ziel ist, zeichnerische Grundlagen kompakt, schnell und effizient zu vermitteln sowie Fragen zu beantworten. Von einem individuellen Feedback begleitet, wird ein neues zeichnerisches Niveau erreicht oder ein bereits vorhandenes vertieft.
Bitte mitbringen: Skizzenblock A3, Bleistifte HB, B2, B4, Zeichenkohle, Zeichentusche, Feder und Federhalter, Radiergummi.

151-36222
Volkan Kacmaz
Sa 11.07.15 10.00–17.00
So 12.07.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 80.00

Skizzieren, Anlegen mit Filzschreibern und Buntstiften
Es werden die Grundzüge des Skizzierens sowie das Anlegen mit Filzschreibern und Buntstiften an Grundkörpern, Objekten und Räumen geübt.
Bitte mitbringen: Zeichenblock, A3, Bleistifte 2B und 6B, Knetradierer, Geodreieck mit ca. 30 cm Kantenlänge, Copic Marker in den Farben 110 Black, C6 Cool Grey, C4 Cool Grey, Buntstifte in den Grundfarben und chinaweiß von Derwent Drawing und ein Stabilo Filzschreiber schwarz.

151-36232
Alain Ayadi
Sa 27.06.15 09.00–16.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 40.00

Portraitzeichnen II: Weiterführendes Portraitzeichnen
Hier geht es um die Erweiterung der Ausdrucksmöglichkeiten des Gesichts, im Stil und in der Mimik. Aufmerksamkeit wird auch den unterschiedlichen Lebensaltern geschenkt, die sich in Gesichtern widerspiegeln. Nach fotografischen Vorlagen geht es in spannenden, aufeinander folgenden Schritten sowohl um die Strukturierung als auch um freie, spielerische Umsetzung von Portraits. Ziel ist es, im Portrait die bloße Wiedergabe des äußerlichen Abbilds zu überwinden, einen Charakter zu verdeutlichen und dabei die eigene Sicht- und Darstellungsweise zu finden. Geringe Vorkenntnisse im Zeichnen genügen, wichtiger ist die Faszination für das menschliche Gesicht.
Bitte mitbringen: Skizzenblock 30x40 cm, Bleistifte HB, 3B, 6B, 1 Stück Zeichenkohle, 1 Stück Rötel. (Die zeichnerischen Mittel können noch erweitert werden. Bringen Sie einfach mit, was Sie zu Hause vorrätig haben.)

151-36251
Peter Frömmig
Sa 20.06.15 10.00–17.00
So 21.06.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 84.00

Aktzeichnen
Studium des menschlichen Körpers am männlichen und weiblichen (Akt-) Modell. An unterschiedlichen Positionen (Stehen, Liegen, Bewegung) werden wir Körperaufbau und Proportion erfassen und zeichnerisch darstellen. Es wird gezeigt und geübt, das Wesentliche wahrzunehmen und weniger Wichtiges unterzuordnen; den Menschen mit wenigen Strichen darzustellen als auch detailliert auszuarbeiten. Es werden auch Hand-, Fuß- und Portraitstudien erarbeitet. Aufbauend werden verschiedene Zeichentechniken und der Einsatz von Lavieren/Aquarellieren erprobt. Durch intensive Einzelbetreuung sind die Kurse für Anfänger-/innen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.
Bitte mitbringen: je ein Block raues und glattes Papier, Bleistifte, Kohle, Messer und spitzer Radiergummi, Wasserglas, Taschentücher. Außerdem falls möglich: Farbstifte, Pastellstifte, Conte Crayons, Tusche und Federn, Aquarellfarben (Pinsel mit unterschiedlichen Nummern).

151-36276
Mariana Cinteanu
Mi 10.06.–15.07.15 jew. 18.30–21.00, 6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 106.00 inkl. EUR 30.00 Kosten für Aktmodelle

Eine Woche im Freien – Zeichnen und Malen
Mitten im Sommer, inspiriert von der schönen Umgebung des Wartberggeländes unterhalb des Stuttgarter Killesberg, werden wir uns zunächst die unmittelbare Umgebung vornehmen. Wir zeichnen, besprechen den Bildaufbau, die Perspektive und die Möglichkeit, wie wir die Zeichnung in ein Bild umsetzen können. Dabei probieren wir diverse Materialien aus wie Collagen und Mischtechniken.

151-36306
Gabriele Schreiner
Mo–Fr 24.08.–28.08.15 14.00–17.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 84.00

151-36307
Gabriele Schreiner
Mo–Fr 31.08.–04.09.15 14.00–17.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 84.00

Bitte mitbringen...
Zum ersten Termin Bleistifte 2B, Skizzen- und Aquarellblock A3 sowie vorhandene Malutensilien mitbringen.

Illustration – Workshop
Illustrationen begegnen uns überall. In Kinderbüchern, Schullektüren, in Zeitschriften, im Internet und im künstlerischen Bereich. Die visualisierten Darstellungen von Texten helfen uns, Geschriebenes und Gedachtes besser zu begreifen. Wir beschäftigen uns mit diversen Illustratoren, arbeiten mit unterschiedlichen Materialien und der Umsetzung in den Bereichen Idee, Text und der Illustration. Ziel ist es, Textliches anhand einer Geschichte, einer Theaterszene, einem Zeitungsartikel oder einem Gedicht in einem durchgängigen Stil zu illustrieren. Wichtig ist dabei eine zeichnerische, kreative Ausdrucksfähigkeit zu entwickeln, die zum Inhalt des Textes oder der Gedanken passt. Erste Erfahrungen im Bereich Illustration und Collage, Aneignen von Illustrations-Techniken, Erlernen des Umgangs mit diversen Materialien und Umsetzung von Text in Bilder.
Voraussetzungen:
Vorkenntnisse sind willkommen, jedoch keine Voraussetzung ▶

Bitte mitbringen: Neue und bereits gebrauchte Papierstücke (Backpapier, Geschenkpapier, Zeitungen, Küchenrolle, alte Schulhefte etc.), Zeitschriften, Schere, Klebstoff, Cutter, Buntstifte, Lineal, Bleistifte (2B, 4B), Filzstifte, Aquarell- oder Wasserfarben, Pinsel, Wasserbehälter, Strohhalm, Zahnbürste, Fineliner, Zeichenpapier DinA 3 rau (ab 150 g)

151-36325
Martina Rodriguez Romero
Sa 25.07.15 10.00–14.00
So 26.07.15 10.00–14.00
Sa 01.08.15 10.00–14.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 72.00 Für Arbeitsmaterial werden EUR 10.00 im Kurs erhoben.

Urban Skatching

„Urban Skatching" heißt gemeinsam zeichnen im öffentlichen Raum, die Welt um uns herum. Dazu möchte ich Sie einladen. Es ist eine Methode, unsere Umgebung kennenzulernen. Grundkenntnisse sind nicht erforderlich, sie schaden aber auch nicht. Wir starten mit Übungen in meinem Atelier, um dann mit diesem Handwerkszeug ausgerüstet gemeinsam die Plätze, Situationen, auch Lebendiges in Stuttgart einzufangen. Wir experimentieren mit Grafit (auch farbig), Wachs oder auch Aquarell, je nach Vorlieben. Am zweiten Termin besprechen wir Ihre Arbeiten im Atelier, entwickeln sie weiter, vervollständigen sie und gehen nochmals nach draußen.
Bitte denken Sie an eine leichte Verpflegung; wir machen zwischendurch eine halbe Stunde Pause; bei Bedarf Sitzunterlage.
Bitte mitbringen: Zeichenblock DIN A3 und DIN A4, Bleistifte diverser Härte B – 6B, Fineliner 0,5mm, und nach eigener Wahl Farbstifte, Grafitblöcke, Aquarellfarben.

151-36335
Ulrike Beck
Sa 13.06.15 und Sa 27.06.15
jeweils 11.00–16.00
Treffpunkt: Atelier Beck Stöckachstr. 7
70190 Stuttgart
EUR 56.00

Sommerkurs Acrylmalerei

Fünf intensive Tage Acrylmalerei in 2 Ateliers: Raum F403 und F404. Bitte mitbringen: ca. 5 Graupappen 70 x 100 cm groß und 3 mm dick, verschiedene Borstenpinsel, Arbeitskleidung. Grundierweiß und Farben werden gestellt und sind in der Gebühr enthalten.

151-36417
Zeljko Bozicevic
Do 23.07.–27.07.15 jew. 10.00–18.00, 5-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 217.00 inkl. EUR 32.00 Kosten für Material

Acrylmalen

Sie müssen nicht malen können. Lassen Sie sich einfach auf den Prozess ein. Aber auch mit soliden Vorkenntnissen sind Sie hier richtig. In einem Atelier in Stuttgart-Möhringen tauchen wir in die Welt der Farben ein. Acrylfarben und Materialien, Arbeitsgeräte, Kittel etc. – alles ist vorhanden. Wir gestalten mit Pinsel, Spachtel, Schwamm, Rolle, Materialien, Kreppklebebändern. Bringen Sie einfach gute Laune mit und seien Sie offen für neue Prozesse. Sie werden staunen! Papiere bzw. Leinwände können nach Wunsch erworben werden.

151-36433
Ute Goedecke
Sa 20.06.15 11.00–16.00
So 21.06.15 11.00–13.00
Atelier, Elfenstr. 83, Stuttgart-Möhringen
EUR 57.00 inkl. EUR 7.00 Kosten für Miete.
EUR 10.00 für Farben und Materialien werden im Kurs erhoben.

Bitte mitbringen...

Bringen Sie einfach gute Laune mit und seien Sie offen für neue Prozesse. Sie werden staunen!

Offene Siebdruckwerkstatt

Das Angebot wendet sich an alle, die eigenständig künstlerisch arbeiten und Vorkenntnisse in der Siebdrucktechnik haben. Bitte Motive/Vorlagen, eigenes Papier und Gouachefarben mitbringen. Sonstige Materialkosten werden anteilig erhoben.

151-36557
Stefanie Schellenberger
Fr 22.05.15 18.00–21.00
Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart
EUR 25.00
Anmeldeschluss: 18.05.15

151-36558
Stefanie Schellenberger
Fr 26.06.15 18.00–21.00
Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart
EUR 25.00
Anmeldeschluss: 22.06.15

151-36559
Stefanie Schellenberger
Fr 24.07.15 18.00–21.00
Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart
EUR 25.00
Anmeldeschluss: 20.07.15

Werkstatt Mode Nähen

burda style Näh-Workshop: Elegante Kombi aus Bluse und Rock – hochwertiges Baumwollmaterial und modisches Stoff-Design

Eigene Ideen verwirklichen, ein Modell richtig verarbeiten, damit es am Ende passt und toll aussieht – das lernen Sie, unter professioneller Anleitung, in unserem burda style Näh-Workshop. Sie erhalten original burda style Arbeitsmaterial und Schnitte aus der aktuellen Kollektion und nähen mit exklusiven Profi-Stoffen.
Sie lernen:
– Ausschnitt, Saum- und Bundverarbeitungen
– Jerseyverarbeitungen
Sie können Ihrer Kombination am Ende mit Accessoires Ihre ganz persönliche Note verleihen. Sie nehmen in jedem Fall Ihr selbst genähtes Modell mit nach Hause.
Hinweis: Die Kombination nähen Sie in Ihrer Größe. Dazu benötigen wir Ihre Größe bis spätestens 04.07.15
Anmeldeschluss: 04.07.2015
Bitte nennen Sie uns die Größe bis zum 04.07.15 mit der Angabe der Kursnummer unter: karin.schnell@vhs-stuttgart.de

151-32230
burda style-Team Verlag Aenne Burda GmbH & Co. KG
Sa 25.07.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 87.00 inkl. EUR 29.00 Material

Neues aus dem Kleiderschrank – nähen für Jugendliche und junge Leute

Du hast Kleidungsstücke zu Hause, die du nicht wegwerfen aber auch nicht mehr anziehen möchtest. In diesem Workshop erwecken wir Vorhandenes zu neuem Leben.
Bitte mitbringen: Kleidungsstücke und/oder Accessoires, Stoffreste, Borten, Bänder, Spitzen: Ganz viele Ideen sowieso.

151-32250
Janine Weger
Fr 19.06.15 18.00–21.00
Sa 20.06.15 10.00–17.00
So 21.06.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 90.00 Personengröße 8 Personen

vhs-Semesterabschlußfest

Auch dieses Jahr möchten wir Sie vor den Sommerferien wieder zu einem gemeinsamen vhs-Fest im TREFFPUNKT Rotebühlplatz einladen. Dieses Jahr wird das Sommerabschlussfest ganz im Zeichen des Semesterschwerpunkts „Indien" stattfinden. Weitere Informationen finden Sie bald auf www.vhs-stuttgart.de.

151-07000
Fr 24.07.15 17.00–22.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
Gebührenfrei

Einen Tellerrock nähen für Jugendliche und junge Leute

Ihr könnt mit einer Nähmaschine nähen, wisst aber nicht so recht wie und was?
Darf es ein „Tellerrock" sein? In einer kleinen Gruppe entsteht ein weitschwingender Tellerrock in der gewünschten Rocklänge; das Richtige für junge Leute. Dabei lernt man ganz nebenbei das Einnähen eines Reißverschlusses, die Bundverarbeitung und das Säumen eines Rockes.
Bitte mitbringen: Stoff (nicht dehnbar), Stoffschere, Maßband, Geodreieck, Schneiderkreide oder weicher Buntstift, Reißverschluss ca. 20 cm lang, Taschenrechner.

151-32260
Janine Weger
Sa 04.07.15 10.00–17.00
Sa 11.07.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 72.00 Kleingruppe 8 Personen

Nähen – ein Hobby für mich? Schnuppertag

Nähen, könnte es ein Hobby für mich sein, kann ich es wirklich so lernen, dass ich Spaß habe und das Genähte präsentieren kann? An diesem Schnuppertag können Sie an der Nähmaschine nähen. Nach einer kurzen Einführung lernen Sie das Nähen, in einer Gruppe mit max. 8 Personen, kennen und erhalten eine Antwort auf Ihre Frage.
Fortsetzung: Nähen lernen Schritt für Schritt für Anfänger/innen.
Bitte mitbringen: Einfacher Baumwollstoff, Stecknadeln, Stoffschere, farblich passendes Nähgarn. Block und Stift. Sie können auch die eigene Nähmaschine mitbringen.

151-32310
Gertrud Bader
Di 19.05.15 18.15–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 34.00 Kleingruppe 6 Personen

151-32320
Gertrud Bader
Di 14.07.15 18.15–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 34.00 Kleingruppe 6 Personen

151-32340
Christine Illgen
Di 21.07.15 18.00–21.00
Di 28.07.15 18.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 44.00 Kleingruppe 8 Personen

Der Nähmaschinen-Führerschein

Einsteiger/innen, Teilnehmer/innen lernen den fachgerechten Umgang mit der Nähmaschine, deren Funktionen und die ersten Schritte des Nähens.
Wie bediene ich die Nähmaschinen richtig, was für Werkzeuge sind notwendig und welcher Stoff eignet sich oder nicht? Alles Fragen, die beantwortet werden wollen. Um ein Gefühl für die Nähmaschine und das Material zu bekommen, werden verschiedene Nähproben erstellt. Beispielhaft wird der Entstehungsprozess von der Papiervorlage über den Zuschnitt bis zum fertigen Teil erarbeitet.
Bitte mitbringen: Stecknadeln, kleine Schere/Stoffschere, Maßband. Wer möchte kann seine funktionstüchtige Nähmaschine mit Betriebsanleitung mitbringen.

151-32350
Ingrid Mitterer
Mi 10.06.–24.06.15 jew. 18.00–21.00, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 66.00 Kleingruppe 8 Personen

151-32360
Ingrid Mitterer
Do 18.06.–02.07.15 jew. 09.00–12.00, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 66.00 Kleingruppe 8 Personen

Nähen lernen Schritt für Schritt – für Anfänger/innen

Sie sind neugierig und möchten ein „altes Hobby" für sich neu entdecken? Sie haben ein einfaches Kleidungsstück zu nähen versucht, aber Sie waren nicht zufrieden damit. Oft fehlt zu Hause die Motivation alleine und ohne Unterstützung ein Kleidungsstück fertig zu nähen. Mit Gleichgesinnten nähen zu lernen, macht viel mehr Spaß. Sie erhalten fachliche Anregungen und lernen noch zusätzlich durch die Erfahrungen der Anderen. Sie werden über Ihr Ergebnis staunen. Am ersten Termin wird geklärt, was Sie mitbringen sollen z. B. Schnitte, Stoffe, Zubehör. Sie nähen an einer Pfaff-Nähmaschine.
Hinweis: Sie können wählen zwischen Gruppen mit max. 6 oder max. 8 Personen
Bitte mitbringen: Stoffschere, Stecknadeln, Maßband, Notizblock und Stift. Sie können auch die eigene Nähmaschine mitbringen.

151-32570
Gertrud Bader
Di 09.06.–07.07.15 jew. 18.15–21.00, 5-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 126.00 Kleingruppe 6 Personen

Nähen Schritt für Schritt – weitermachen

Sie haben den ersten Nähkurs erfolgreich absolviert und wollen gerne weiter machen, neue Techniken lernen, mehr Sicherheit erwerben? In einer Gruppe mit max. 8 Personen lernen Sie mehr als alleine zu Hause und es macht bestimmt mehr Spaß. Sie nähen mit Pfaff-Nähmaschinen und können die eigene Nähmaschine mitbringen. Bitte zum ersten Termin mitbringen: Stoff, Stoffschere, Schnitt, Nähgarn, Stecknadeln, Schneiderkreide.
Voraussetzungen:
Teilnahme an einem Kurs „Nähen lernen Schritt für Schritt" oder vergleichbare Kenntnisse.

151-32750
Marion Loges
Mo 08.06.–06.07.15 jew. 18.00–21.00, 5-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 110.00 Kleingruppe 8 Personen

151-32760
Marion Loges
Mi 01.07.–29.07.15 jew. 18.00–21.00, 5-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 110.00 Kleingruppe 8 Personen

151-32780
Diana Kovacic
Do 11.06.–09.07.15 jew. 17.00–20.00, 5-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 110.00 Kleingruppe 8 Personen

151-32790
Sigrid Schwehr
Do 17.09.–15.10.15 jew. 18.00–21.00, 5-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 110.00 Kleingruppe 8 Personen

am Samstag
151-32810
Christine Illgen
Sa 27.06.15 09.00–16.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 54.00 Kleingruppe 8 Personen

in den Pfingstferien
151-32830
Christine Illgen
Mo 01.06.15 17.00–21.00
Di 02.06.15 17.00–21.00
Mi 03.06.15 17.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 88.00 Kleingruppe 8 Personen

in den Sommerferien
151-32840
Christine Illgen
Mi 09.09.15 17.00–21.00
Do 10.09.15 17.00–21.00
Fr 11.09.15 17.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 88.00 Kleingruppe 8 Personen

Schon gewusst...

151-32230 burda style Näh-Workshop: Elegante Kombi aus Bluse und Rock – hochwertiges Baumwollmaterial und modisches Stoff-Design

Nähen ein Hobby für Sie?

Nähen, könnte es ein Hobby für mich sein, kann ich es wirklich so lernen, dass ich Spaß habe und das Genähte präsentieren kann? An diesem Schnuppertag können Sie an der Nähmaschine nähen. Nach einer kurzen Einführung lernen Sie das Nähen, in einer Gruppe mit max. 8 Personen, kennen und erhalten eine Antwort auf Ihre Frage.
Fortsetzung: Nähen lernen Schritt für Schritt für Anfänger/innen.
Bitte mitbringen: Einfacher Baumwollstoff, Stecknadeln, Stoffschere, farblich passendes Nähgarn, Block und Stift. Sie können auch die eigene Nähmaschine mitbringen.

151-33010
Christine Illgen
Mo 20.07.15 und Mo 27.07.15 jeweils 18.00–21.00
Landwirtschaftliche Berufsschule Plieningen, Scharnhäuser Str. 19, 70599 Stuttgart
EUR 40.00 Kleingruppe 8 Personen

Nähtreff im Stadtteil
Für Expertinnen, die wissen wie genäht wird. Sie können Ihre Modelle zuschneiden und nähen. Sie erhalten fachkundige Beratung, konkrete Hilfe und Informationen zu den Themen Stoffkauf, Modellauswahl und Schnitt-Technik. In einer kleinen Gruppe gibt es viele Tipps und Anerkennung. Es macht einfach Spaß die eigene Kollektion für die nächste Saison zu nähen.
Sie nähen an Pfaff-Nähmaschinen und können Ihre Nähmaschine mitbringen.
Bitte mitbringen: Schnitt, Stoff, Ausstattung (z. B. Knöpfe) und Näh-Zubehör.
Voraussetzungen:
Nur für Geübte geeignet. Anfänger/innen und Wiedereinsteiger/innen empfehlen wir die Kurse „Nähen lernen Schritt für Schritt".

Nähtreff im Stadtteil Bad Cannstatt
151-33070
Christine Illgen
Di 09.06.-14.07.15 jew. 18.00–21.00, 6-mal
Schillerschule Bad Cannstatt, Wiesbadener Str. 40, 70372 Stuttgart
EUR 120.00 Kleingruppe 8 Personen

Nähtreff im Stadtteil Plieningen
151-33120
Christine Illgen
Mo 08.06.–13.07.15 jew. 18.00–21.00, 6-mal
Landwirtschaftliche Berufsschule Plieningen, Scharnhäuser Str. 19, 70599 Stuttgart
EUR 120.00 Kleingruppe 8 Personen

Mama-Nähkurs – nähen lernen am Vormittag im Stadtteil Giebel
Möchten auch Sie ihrem kleinen Sonnenschein etwas selbst Genähtes schenken?
In unserem Mama-Nähkurs haben Sie die Möglichkeit dazu.
In einer netten Runde helfe ich dabei, die ersten Stücke zu zaubern. Wir beginnen mit einem schönen Kissenbezug und arbeiten uns dann vor, bis zu einer Baby-Pumphose.
Bitte mitbringen: Stoff und Zubehör (Garn, Stoffschere, Stift oder Schneiderkreide, Stecknadeln).Die nächsten Schritte werden am ersten Termin besprochen. Sie können auch die eigene Nähmaschine mitbringen.
Hinweis: Bitte Stoff und Nähzubehör mitbringen. Die nächsten Schritte werden am ersten Termin besprochen. Sie können Ihre eigene Nähmaschine mitbringen.

151-33210
Tina von Bloh
Mi 10.06.–24.06.15 jew. 09.30–12.00, 3-mal
EUR 60.00 bereits ermäßigte Gebühr
Kleingruppe 6 Personen
Kinder und Jugendhaus Giebel, Mittenfeldstr. 61, 70499 Stuttgart Giebel

Einen Schnitt nach eigenen Maßen erstellen – ein Rock
Eigene Ideen ohne ein Schnittmuster umsetzen! Lernen Sie die Konstruktion eines Grundschnittes nach Ihren eigenen Maßen. Sie erstellen einen Grundschnitt für einen Rock.
Bitte mitbringen: Schnittmusterpapier, Papierschere, Schreibzeug, Lineal (mindestens 40 cm lang), Geodreieck, Klebeband z. B. Tesa, Maßband.
Sie können Ihren Schnitt im Kurs: 151-32850 Nähen mit eigenen Schnitten umsetzen.

151-33520
Heidi Stendorff
Mo 18.05.15 17.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 35.00 Kleingruppe 8 Personen

Einen Schnitt nach eigenen Maßen erstellen – ein Oberteil
Eigene Ideen ohne vorhandenes Schnittmuster umsetzen! Lernen Sie die Konstruktion eines Grundschnittes nach Ihren eigenen Maßen. Sie erstellen einen Grundschnitt für einen Oberteil.
Bitte mitbringen: Schnittmusterpapier, Papierschere, Schreibzeug, Lineal (mindestens 40 cm lang), Geodreieck, Klebeband z. B. Tesa, Maßband.
Sie können Ihren Schnitt im Kurs: 151-32850 Nähen mit eigenen Schnitten umsetzen.

151-33525
Heidi Stendorff
Fr 12.06.15 17.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 35.00 Kleingruppe 8 Personen

Workshop Modezeichnen Mode-Illustration
Zeitgenössische und historische Kleidung künstlerisch darstellen zu können, lernen Sie gemeinsam in einer kleinen Gruppe. Wir experimentieren mit diversen Gestaltungstechniken und Materialien. Auch Modedesigner skizzieren ihre Entwürfe oftmals über eine Illustration. Diese dient dann als Inspirationsquelle für eine gesamte Modekollektion.
– Erstellung von Figurinen, Modezeichnungen, Mode-Illustrationen
– Diversen Darstellungstechniken
– Experimentieren mit verschiedenen Materialien
– Entwicklung und Umsetzung eigener Ideen
Mitzubringen: Neue und bereits gebrauchte Papierstücke (Backpapier, Geschenkpapier, Zeitungen, Küchenrolle, alte Schulhefte etc.) Mode-Magazine, Stoffreste, Schere, Klebstoff, Buntstifte, Lineal, Bleistifte (2B,4B), Radiergummi, Filzstifte, Aquarellfarben, Pinsel, Wasserbehälter, Fineliner, Aquarellpapier, Zeichenpapier (ab 120 g).
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-33550
Martina Rodriguez Romero
Sa 13.06.15 09.00–14.00
So 14.06.15 09.00–14.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 84.00 inkl. EUR 7.00 Material
Kleingruppe 8 Personen

Kleiderwerkstatt für Nähsüchtige am Vormittag
Das Passende suchen? Schaffen Sie sich aus tollen Stoffen selbst Ihr ganz persönliches Outfit. Hier treffen Sie auf Expertinnen mit Ideen, viel Erfahrung und Sie erhalten zusätzlich viel fachliche Unterstützung.
Stoffauswahl und Schnittberatung finden am ersten Termin statt.

151-33730
Annette Meyer
Mo 22.06.–27.07.15 jew. 09.00–12.00, 6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 132.00 Kleingruppe 8 Personen

Details, Nähtechniken für Geübte
Paspel-, Klappen-, Leisten-, Naht-Reißverschluss und aufgesetzte Taschen, nahtverdeckter Reißverschluss fertigen Sie als Arbeitsproben.
Bitte mitbringen: 6 Stoffstücke (etwas fester) DIN A4 groß mit Vlieseline bebügelt, ca. 80 cm Stoff unbebügelt, 2 Reißverschlüsse 14 cm, 1 Reißverschluss nahtverdeckt 22 cm, Futter- und Vlieselinereste, Nähzeug und ein Vesper.

151-33800
Annette Meyer
Sa 13.06.15 09.30–17.00
So 14.06.15 09.30–13.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 145.00 inkl. Skript Kleingruppe 8 Personen

Nähen mit Sinn für Details
Können Sie auch die Details wie Taschen, Klappen beim Nähen nicht so gut? Ihnen fehlen die Tipps und Kniffe von erfahrenen Expertinnen, dann geht es mit etwas Übung immer besser. Paspel, Taschen mit oder ohne Klappen, verstecke Reißverschlüsse oder Kragen und Ecken an Hemd oder Bluse sind einfach zu schwierig.
An einem Musterstück haben Sie am Ende eine Zusammenstellung von Nähproben zu den verschiedenen Details für zu Hause zum Nachschauen für die nächsten Nähideen genäht.
Bitte mitbringen: 10 Blatt Papier A4, Papierschere, Schreibzeug, 1m etwas festen Stoff, Vlieseline ca. 50 cm, 2 Reißverschlüsse 14 cm lang, 1 Reißverschluss nahtverdeckt 14 cm lang, Nähzeug, mehrere Prospekthüllen zum Abheften in A4 und einen Schnellhefter.

151-33810
Heidi Stendorff
Sa 23.05.15 09.00–16.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 80.00 Kleingruppe 8 Personen

FÜR KINDER UND JUGENDLICHE 03

Foto: vhs stuttgart

Kinderakademie

Ateliertag Speckstein für Eltern und Kinder ab 4,5 Jahren

Dieses Material lässt sich ausgezeichnet bearbeiten. Entstehen können Tiere, Figuren, Glück- und Schmucksteine. Welche Formen kann man in den Steinen entdecken? Welche Farben zeigen sich nach dem Bearbeiten? Wir beobachten und erleben gemeinsam das Gestalten am und mit dem Stein. Inspiration geben uns Arbeiten von Bildhauern. Eltern und Kinder erleben das plastische Arbeiten in einem gemeinsamen Prozess und wählen unterschiedliche Themen.
Bei dem Speckstein liegt eine Unbedenklichkeitsbescheinigung vom Händler vor.
Bitte kleines Vesper und Getränk mitbringen.

151-13321
Sabine Reiber
Sa 30.05.15 13.00–16.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 10.80/EUR 8.70 mit Kinder-Bonuscard/
EUR 14.80 Erwachsene
ca. 5.00 EUR Materialkosten werden im Kurs erhoben

Ateliertag Speckstein für Kinder ab 5 Jahren

Dieses Material lässt sich ausgezeichnet bearbeiten. Entstehen können Tiere, Figuren, Glück- und Schmucksteine. Welche Formen kann man in den Steinen entdecken? Welche Farben zeigen sich nach dem Bearbeiten? Wir beobachten und erleben gemeinsam das Gestalten am und mit dem Stein. Inspiration geben uns Arbeiten von Bildhauern.
Bei dem Speckstein liegt eine Unbedenklichkeitsbescheinigung vom Händler vor.
Bitte kleines Vesper und Getränk mitbringen.

151-13322
Sabine Reiber
Sa 13.06.15 13.00–16.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 12.80/EUR 10.30 mit Kinder-Bonuscard
ca. 5.00 EUR Materialkosten werden im Kurs erhoben

Ateliertag plastisches Arbeiten mit Gips für Kinder ab 5 Jahren

Die Kinder erleben und erschaffen in einem aufbauenden Prozess eine Tierfigur (Katze, Tiger, Seejungfrau...). Die Kinderwünsche werden berücksichtig und unterstützt. Wir ummanteln die entstandene Form mit Gipsbinden und bemalen diese.
Räumliches Denken und gestalten wird erfahrbar.
Bitte kleines Vesper und Getränk mitbringen, wenn vorhanden Malerkittel mitbringen.

151-13324
Sabine Reiber
Sa 11.07.15 13.00–16.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 12.80/EUR 10.30 mit Kinder-Bonuscard
ca. 5.00 EUR Materialkosten werden im Kurs erhoben

Comics zeichnen für Jugendliche von 12 bis 16 Jahren

Manga, Werner oder Asterix? Oder doch lieber eine eigene Comicfigur entwickeln? Im eintägigen Workshop von der Idee zum fertig gezeichneten Comic.
Bitte mitbringen: Bleistifte, Farben, Papier und Freude am Zeichnen.

151-13336
Jochen Ehmann
Sa 13.06.15 10.00–16.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 23.50/EUR 19.00 mit Kinder-Bonuscard

Wir bauen ein Paddelboot für Kinder ab 10 Jahren mit Begleitperson

Aus vorbereiteten Sperrholzplanken und Holzleisten könnt Ihr nun z.B. mit Feile, Bohrer und Kleber ans Werk gehen. Am Ende des Kurstages steht Euer kleines Paddelboot, der „Youngster S" samt einem einfachen Paddel vor Euch, das Ihr am nächsten Tag nach dem Aushärten des Klebstoffes mit nach Hause nehmen könnt. Nun könnt Ihr es nach Euren eigenen Vorstellungen verzieren und bemalen.
Die Materialkosten in Höhe von EUR 220.00 werden direkt im Kurs abgerechnet. Mitzubringen: Werkstattkleidung, evtl. Vesper.
Daten des Paddelbootes „Youngster S":
Länge: ca. 240 cm, Breite: ca. 75 cm, Tragkraft: ca. 90Kg/1 Person
Techn. Änderungen (sowie der Abmessungen) vorbehalten.
Kursgebühr umfasst 1 Erwachsenen und 1 Kind, nur Erwachsenen anmelden.

151-13384
Roland Hess
Sa 13.06.15 10.00–18.00
EUR 180.00
Treffpunkt: Werkstatt des HolzKanuMuseum, Mönchstr. 22A, 70191 Stuttgart

Schon gewusst...

Im Kurs „Inklusive Grundschule – ein Ratgeber für Eltern" informieren wir Sie ausführlich über inklusive Grundschulkonzepte. Mehr Infos auf Seite 44.

Wir bauen ein besegelbares Elektroboot für Kinder ab 10 Jahren mit Begleitperson

Hier gibt es einen tollen Flitzer: Unser „Seepferdchen" – ein sogenanntes „Sharpie" – ist zum Betrieb mit einem kleinen Elektro-Aussenborder vorgesehen. Wer jedoch lieber segelt, kann das Boot mit einem klassischen Gaffelsegel ausrüsten und auf große Fahrt gehen! In diesem Kurs baut Ihr den Bootsrumpf aus vorbereiteten Sperrholzplanken und Holzleisten. Dazu geht Ihr z.B. mit Feile, Bohrer und Kleber ans Werk, um am Ende des Kurstages Euren Bootsrumpf für die Lackierung oder den weiteren Ausbau (z.B. Besegelung) fertig gestellt zu haben. Die hierzu erforderlichen Arbeiten können problemlos zu Hause oder nach Absprache in der Werkstatt des Kursleiters durchgeführt werden.
Das „Seepferdchen" kann am darauffolgenden Tag, nach dem Ausshärten des Klebstoffes, mit nach Hause genommen werden.
Die Materialkosten in Höhe von EUR 200.00 werden direkt im Kurs abgerechnet. Mitzubringen: Werkstattkleidung, evtl. Vesper.
Daten des Elektrobootes „Seepferdchen":
Länge: ca. 200 cm, Breite: ca. 80 cm, Tragkraft: ca. 90Kg/1 Person
Techn. Änderungen (sowie der Abmessungen) vorbehalten.
Kursgebühr umfasst 1 Erwachsenen und 1 Kind, nur Erwachsenen anmelden.

151-13385
Roland Hess
Sa 11.07.15 10.00–17.00
EUR 160.00
Treffpunkt: Werkstatt des HolzKanuMuseum, Mönchstr. 22A, 70191 Stuttgart

Schnitzmesser für Kids ab 7 Jahre mit Begleitperson

Schnitzt Ihr gerne tolle Rindenschiffchen, praktische Grillstöcke, kleine Weidenpfeifchen oder andere schöne Dinge? Dann könnt Ihr in diesem Kurs Euer eigenes Schnitzmesser einschließlich Lederscheide anfertigen! Hierzu kleben wir die Angel der robusten Klinge in ein Griffstück aus schönem Holz, welches wir mit Raspel, Feile und Schleifpapier unserer Hand anpassen. Für uns ist das Beste gerade gut genug: Die kurze Klinge besteht aus hochwertigem Schwedenstahl und ist aus Sicherheitsgründen am vorderen Ende abgerundet. Natürlich darf eine selbst genähte Lederscheide nicht fehlen! Die Materialkosten (26,- Euro) werden direkt im Kurs abgerechnet.
Mitzubringen: Werkstattkleidung, evtl. Vesper.
Kursgebühr umfasst 1 Erwachsenen und 1 Kind, nur Erwachsenen anmelden.

151-13386
Roland Hess
Sa 25.07.15 14.00–17.30
EUR 72.00
Treffpunkt: Werkstatt des HolzKanuMuseum, Mönchstr. 22A, 70191 Stuttgart

Aquarellmalen für Kinder von 6 bis 10 Jahren

Farben anrühren, mischen, fließen lassen, schichten, genießen ..., Formen und Ideen wachsen. Die Kinder werden in die Grundtechniken des Aquarellmalens eingeführt, um sich dann im freien Arbeiten von der Kraft der Farben leiten zu lassen. In der altersgemischten Gruppe wird jedes Kind in seinen Ideen individuell unterstützt und gefördert.
Die Dozentin ist Dipl. Künstlerin

151-13401
Martina Geiger-Gerlach
Fr 12.06.–17.07.15 jew. 15.00–16.30, 6-mal
Körschtalschule Plieningen, Paracelsusstr. 44, 70599 Stuttgart
EUR 44.00/EUR 35.20 mit Kinder-Bonuscard

Trickfilm-Workshop
für Kinder von 9 bis 12 Jahren

Mit der klassischen Cut-Out-Technik und der Trickbox werden kurze Trickfilme unter der Anleitung einer Trickfilmerin realisiert.
Bitte mitbringen: Bleistifte, Farben, Papier und Freude am Zeichnen, Ausschneiden und Filmen.

151-13700
Sabine Huber
Sa 27.06.15 10.00–16.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 28.50/EUR 23.00 mit Kinder-Bonuscard

Kinderkino – Schickt mehr Süßes empfohlen ab 8 Jahren

Anjelica und Lone kommen in den Sommerferien zu Großonkel und Großtante aufs Land. Den beiden Stadtkindern gefällt das gar nicht. Das Haus ist zu alt, das Essen komisch und Hortensia und Rasmus griesgrämig. Die Nachbarn, allen voran Schweine-Knud, wollen auch, dass die beiden ins Altenheim kommen, damit er auf dem Grundstück einen großen Schweinestall bauen kann. Als die beiden Mädchen sehen, wie unglücklich die Bewohner des Altenheimes sind und dass ihre Verwandten ja doch ganz witzig sein können, versuchen sie dafür zu kämpfen den Bauernhof von Onkel und Tante zu erhalten.

151-13785E
Fr 22.05.15 14.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 2.00

Kinderkinokreativ – Kurzfilmprogramm empfohlen ab 4 Jahren

Engel zu Fuß

Der egoistische Engel Waltraud fällt vom Himmel und landet bei einem irdischen Zirkus. Ihr größtes Ziel ist es wieder in den Himmel zu steigen.

Augen für Alles

Mathieu hat eine besondere Gabe: Er kann im Dunkeln sehen. Mit seinen Ohren, Fingerspitzen, Zehen und seiner Nase. Mit dieser Fähigkeit begibt er sich auf eine detektivische Suche nach seinen Geburtstagsgeschenken

Macropolis

Die einäugige Katze und der Hund mit dem Holzbein haben zusammen ein großes Ziel: Der Entsorgung in der Spielwarenfabrik entfliehen, einen Spielzeugladen erreichen und einen neuen Besitzer finden. Die Reise wird abenteuerlich und aufregend.

Kamfu mir helfen?

Der Elefant ist über seinen Rüssel gestolpert, gegen eine Mauer gekracht und hat sich seinen Rüssel verbogen. Schaffen es Ameisenbär, Schwein und Maus dem Elefanten aus der Patsche zu helfen?

Mitmachaktion und Kurzfilmprogramm, Dauer insgesamt 70 Minuten

151-13786E
Fr 26.06.15 10.00 und 14.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 2.00

Kinderkino – Coco, der neugierige Affe empfohlen ab 5 Jahren

Ted ist Führer im Bloomsberry Museum, und das mit ganzem Herzen. Als dem Museum die Schließung droht, heckt der Besitzer, Mr. Bloomsberry, einen Plan aus: Ted soll in Afrika eine wertvolle goldene Statue besorgen. Ted macht sich auf die Reise. Statt eines Schatzes bringt Ted jedoch bloß den kleinen Affen Coco mit nach Hause. Es dauert nicht lange, da bringt der neugierige Coco nicht nur Teds Wohnblock, sondern auch sein gesamtes Leben komplett durcheinander.
„Viele witzige Details, eine Vielfalt an Zeichentricktechniken, und vor allem die liebenswerte Hauptfigur des Films, machen den Reiz dieses zauberhaften Animationsfilms aus."

151-13788E
Fr 17.07.15 14.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 2.00

Ferienprogramm

Sommerwerkstatt
für Kinder von 4 bis 7 Jahren

Die Kinder sitzen unter einem Nussbaum im Garten zwischen Rosen und Lavendel und erleben mit allen Sinnen. Aus Naturmaterialien entstehen Zapfentiere, Schneckenfeen, ein Zwergengarten, eine Regenbogenelfe, ein Tonhäuschen, Traumfänger und mehr, während ihnen von Naturgeistern, der Bienenkönigin und Zwerg Schnips erzählt wird. Falls es regnet, haben wir ein Dach über dem Kopf. Voranmeldung am Tag der jeweiligen Werkstatt 09.00–12.00 unter der Nummer 0711 1873-800.
EUR 7.50 je Werkstatttermin
EUR 6.00 je Werkstatttermin mit Kinder-Bonuscard
EUR 50.00 für alle Werkstatttermine – dann reguläre Anmeldung vor Kursbeginn unter Angabe der Kursnummer.

151-13611
Claudia Haag
Di und Fr 11.08.–04.09.15
jeweils 15.00–17.00, 8-mal
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 50.00/EUR 40.00 mit Kinder-Bonuscard/ EUR 7.50 Einzeltermin/EUR 6.00 Einzeltermin mit Kinder-Bonuscard

Schon gewusst...

Schon gewusst Bitte beachten Sie auch unser Programm für Kinder und Familie im Kapitel Sommer in der vhs ökostation ab Seite 28.

Speckstein-Tag – Bildhauerei
für Kinder ab 6 Jahren

Raspeln, feilen, schmirgeln und polieren. Heute könnt ihr aus dem weichen Speckstein kleine Tiere, Handschmeichler in eigenwilligen Formen oder Schmuckanhänger, wie die Ureinwohner Neuseelands sie tragen, herstellen. Un das alles dann auch noch im schönen Garten auf der Ökostation Wartberg.
Veranstaltungsort: Garten der vhs-Ökostation, Wartberg, Wilhelm-Blos-Straße 129. Mit S-Bahn 4, 5 und 6 bis Nordbahnhof, über die Brücke Richtung Wartberg (ca. 5 Min.) oder mit U5 und U6 bis Löwentorbrücke.

151-13612
Uschi Kohler
Fr 31.07.15 10.00–16.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 29.50/EUR 23.60 mit Kinder-Bonuscard
Materialkosten werden im Kurs erhoben.

Windsurfen
Dieser Kurs beinhaltet einen Abend Theorie mit folgenden Themenschwerpunkten: Segeltheorie, Sicherheitslehre, Umwelt, Kurse, Vorfahrtsregeln, Prüfungsfragen. Im Praxisteil über wir: Simulatortraining, Starten, Wenden, Halten und Freies Fahren.
Gestellt werden Wärmeschutzkleidung und Boards für jeden Teilnehmenden. Es besteht die Möglichkeit, die Prüfung für den Segelsurfschein abzulegen.
Treffpunkt für das Praxiswochenende ist die Erzgrube der Nagoldtalsperre. Nähere Informationen dazu und eine Wegbeschreibung erhaltet ihr am Theorieabend. Auskunft bei der vhs-stuttgart unter Tel. 0711 1873-880 oder beim Übungsleiter unter Tel. 07051 3766.
Theorieabend: Mit 15.07.2015 im TREFFPUNKT Rotebühlplatz
Praxisteil an der Nagoldtalsperre

für Kinder von 9 bis 15 Jahren
151-13621
Günther Henne
15.07.15 18.00–20.00 TREFFPUNKT Rotebühlplatz (Theorie)
18.07.15 10.00–18.00 Nagoldtalsperre (Praxis)
19.07.15 10.00–18.00 Nagoldtalsperre (Praxis)
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 57.20/EUR 45.80 mit Kinder-Bonuscard

für Kinder von 9 bis 15 Jahren
151-13622
Günther Henne
15.07.15 18.00–20.00 TREFFPUNKT Rotebühlplatz (Theorie)
25.07.15 10.00–18.00 Nagoldtalsperre (Praxis)
26.07.15 10.00–18.00 Nagoldtalsperre (Praxis)
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 57.20/EUR 45.80 mit Kinder-Bonuscard

Kinderferienkino – Vorstadtkrokodile 2 empfohlen ab 8 Jahren
Eigentlich könnten die „Vorstadtkrokodile" in die Sommerferien starten, doch nachdem sie ihr neues Banden-Hauptquartier eingerichtet haben, kommt schon das nächste spannende Abenteuer. Auch diesmal sind die jungen Helden unschlagbar in Sachen Witz, Zusammenhalt und Cleverness, denn schließlich geht es darum, einer fiesen Sabotage gegen die Großfabrik auf die Spur zu kommen. Mit bewährtem Charme kämpfen die Krokodile für das Gute und entwickeln sich immer mehr zu Teenagern. „Gelungene Actionchoreografie, die rockt!"

151-13789E
Fr 31.07.15 10.00 und 14.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 2.00

Kinderferienkino – Dornröschen empfohlen ab 6 Jahren
Es war einmal ... das uns wohl bekannte Königspaar, dem endlich die lang ersehnte Tochter geboren wird. Doch bei der Taufe geht etwas schief. Eine der 13 Feen ist beleidigt und verflucht das Kind. Trotz aller Vorsichtsmaßnahmen kommt es wie es kommen muss: an ihrem 15. Geburtstag sticht sich die Prinzessin auf dem Dachboden an der vergessenen Spindel und fällt mit allen Lebewesen auf dem Schloss in einen hundertjährigen Schlaf, bis endlich ein mutiger Prinz die um das Schloss gewucherte Rosenhecke überwindet und die Prinzessin mit einem Kuss weckt.
„Eine gelungene Märchenverfilmung mit Fantasie und Witz."

151-13791E
Die 08.09.15 10.00 und 14.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 2.00

Kinderferienkino – Das tapfere Schneiderlein empfohlen ab 6 Jahren
Sieben auf einen Streich – auch wenn es nur Fliegen waren – hat der Schneider David erlegt und zieht unerschrocken in die Welt hinaus. In Windeseile verbreitet sich die Kunde seiner Tat im ganzen Land bis zum Königshof. Für König Ernst kommt ein jugendlicher Held wie gerufen: Vielleicht ist er ja der ersehnte Retter, der das Reich von zwei Riesen, einem wilden Einhorn und einer gefährlichen Wildsau befreien kann. Meistert David alle drei abenteuerlichen Prüfungen, verspricht ihm der König nicht nur die Hälfte seines Reiches, sondern auch die Hand der wunderhübschen Prinzessin Paula.

151-13793E
Fr 11.09.15 10.00 und 14.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 2.00

Schon gewusst...

Ob Poetry slam, HipHop oder Song writing – auf dem Summer Camp für Jugendliche können 13- bis 15-jährige spielerisch ihre Englischkenntnisse verbessern. Weitere Informationen ab Seite 49.

Computerkurse für Kinder

Facebook – sei ein Profi
für junge Erwachsene
Sie sind in Facebook aktiv, um sich virtuell mit Ihren Freunden zu treffen. Welche Sicherheits- und Umgangsregeln gelten in Facebook? Was sollten Sie, als Facebooker/in, beherzigen? In diesem Kurs werden die Einstellungen der Privatsphäre besprochen, Fragen des Urheberrechts, der Persönlichkeitsrechte und des Datenschutzes. Der Kurs eignet sich für diejenigen, die bereits in Facebook aktiv sind. Auf Wunsch werden die eigenen Profile betrachtet und Sie erhalten individuelle Tipps speziell rund um die Einstellungen der Privatsphäre.
Voraussetzungen:
Eigener Facebook-Account. Bitte Anmeldedaten und E-Mail-Adresse parat haben.

151-07910
Christa Rahner-Göhring
Do 11.06.15 17.00–20.15
vhs-studio, Fritz-Elsas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart
EUR 35.00

Schon gewusst...

Angebote für Elektronikbastler und Bastlerinnen findet Ihr auch auf www.vhs-stuttgart.de, im Bereich „Beruf & Karriere"/Informations- und Kommunikationstechnik ▸ Programmierung, Technik
– Arduino Mikrocontroller
– Ein-Platinen-Computer Raspberry Pi
– Asuro-Roboter
– 3D-Druck-Modelle entwerfen

klickITsafe 2.0 – Sicher und kompetent das Netz erleben
Altersgruppe 5./6. Klasse
Die Bedienung von Smartphone, Tablet und Computer ist „kinderleicht" geworden. Kinder und Jugendliche wachsen mit diesen Geräten auf – aber sind ihnen die Folgen des „Klicks" bekannt, verstehen sie was „wirklich" passiert, (er)kennen sie was sie sehen? Nicht immer, denn die Regeln für Suchen, Kommunizieren und Bewerten müssen wie im „richtigen" Leben erlernt werden.
Mit speziell auf Jugendliche zugeschnittenem Kursmaterial werden altersgerechte Suchmaschinen vorgestellt, Kriterien erarbeitet, die Helfen die Glaubwürdigkeit von Internetseiten zu beurteilen und die Funktionsweise von z.B. Communities oder Videoportalen besprochen. Außerdem die Vor- und Nachteile der Selbstdarstellung im Web, das Thema Werbung, Gesetzgebung und nicht-technische Schutzmaßnahmen besprochen, d.h. der Sinn von Passwörtern, Surfverhalten zu Hause und an fremden PCs.
Voraussetzungen:
Der Kurs „you start IT – Windows, Word und Internet" oder entsprechende Kenntnisse.

151-07940
Christa Rahner-Göhring
Mi 10.06.–08.07.15 jew. 14.15–16.45, 5-mal
vhs-studio, Fritz-Elsas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart
EUR 97.00 bereits ermäßigte Gebühr, keine weitere Ermäßigung möglich.
Bitte beachten:
Offiziell dürfen Kinder erst ab 13 Jahre in Facebook. Aber Umfragen zeigen, dass viele jüngere Kinder Communities dennoch nutzen. Daher wird im Kurs auf das Anlegen eines Profils am Beispiel von Facebook eingegangen und die Problematik diskutiert. Der Wunsch dahinter ist, die Information zu vermitteln, bevor das „Kind in den Brunnen gefallen ist".

SOMMER IN DER VHS ÖKOSTATION 04

Foto: vhs stuttgart ökostation

Naturerlebnisse für Kinder

Die vhs ökostation liegt mitten im „Grünen U“, nicht weit vom Zentrum der Stadt Stuttgart entfernt. Mit der Einrichtung beschreitet die vhs stuttgart neue Bildungsansätze in der Umweltpädagogik. Es ist ein Lernort zur anschaulichen und praktischen Umwelterfahrung. Zur vhs ökostation gehören das baubiologische Ökohaus, das traditionelle Backhaus und der 4500 m² große Lehrgarten mit einer Vielzahl von heimischen Biotopen. Die umgebende Kultur- und Naturlandschaft im Wartberg-Park bietet zusätzlich eine Vielzahl von Anschauungsbeispielen.

Erreichbar mit:
S-Bahnlinie S4, S5, S6 und U12 bis Nordbahnhof, über die Brücke Richtung Wartberg (ca. 7 Min. Fußweg)
Stadtbahnlinien U6, U7, U15 bis Haltestelle Löwentorbrücke über die Brücke Richtung Wartberg (ca. 5 Min. Fußweg)
Stadtbahnlinien U5, Bus 43/44/50/57 bis „Killesberg“, im Höhenpark Killesberg rechts, durch die Unterführung, Hauptweg folgend hangabwärts bis zur vhs ökostation
(an der vhs ökostation stehen nur wenige Parkplätze zur Verfügung)

Kinderleicht zum Taschenmesserdiplom – für Kinder von 6 bis 11 Jahren
Segelboote, Flöten, Rennautos, Schwerter oder Löffel: das alles kannst du selber schnitzen. Wie das geht, zeigt dir die Kinderschnitzbuchautorin. Zuerst lernen wir die 6 wichtigen Schnitzregeln, dann lernst du mit dem Taschenmesser umzugehen und erfährst, mit welchem Holz du schnitzen kannst. Am Feuer sitzend, schnitzen wir in gemütlicher Runde unsere eigenen Gegenstände – zum Beispiel Gabeln, Messer oder Löffel. Das ist garantiert: Du nimmst nicht nur geschnitzte Gebrauchsgegenstände mit nach Hause, sondern auch jede Menge Wissen und dein Schnitzdiplom!
Bitte bringe dein eigenes geschärftes Taschenmesser mit. Du hast kein eigenes Taschenmesser? Kein Problem: Du kannst dir bei uns eines leihen. Bitte auch mitbringen: regenfeste Kleidung, feste und warme Schuhe, Getränk und ein kleines Vesper (Wurst: bei gutem Wetter wird in der Pause am Feuer gegrillt).

151-57460
Astrid Schulte
Fr 31.07.15 15.00–18.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129,
70191 Stuttgart
EUR 14.00

Vom Korn zum Brot
Traditionelles Backen im Holzofen für Kinder von 8 bis 14 Jahren
Ein Backerlebnis für Kinder, bei dem sie selbst Brot, Brötchen und süße Stücke nach eigener Fantasie gestalten können.
Bitte einen Korb/Stofftasche, Getränk und Kleidung, die Backspuren davon tragen darf, mitbringen

151-57500
Karin Wild
Fr 19.06.15 14.00–17.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129,
70191 Stuttgart
EUR 20.00 inkl. EUR 5.00 für Lebensmittel

Wasser-Luft-Erde-Feuer
für Kinder von 4 bis 8 Jahren
Was schwimmt denn da im Wasser? Fische, Wasserläufer, Wasserschnecken und Enten. Von diesen Tieren erzählen wir euch und suchen sie im Teich. Was fliegt denn da in der Luft? Schmetterlinge, Libellen, Bienen und Marienkäfer. Von diesen Tieren erfahrt ihr etwas und manche davon fliegen mit uns nach Hause. Was sitzt denn da in der Erde? Eine Spinne, ein Regenwurm, ein Käfer, eine Wühlmaus. Ihr hört Spannendes über diese Tiere und bastelt auch welche. das 4. Element kommt zum Abschluss: das Feuer.

151-57660
Claudia Haag
Mi 19.08.15 und Do 20.08.15 jeweils 15.00–17.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129,
70191 Stuttgart
EUR 18.00

Naturerlebnisse für Familien

Taschenmesser-Workshop für Eltern und Kinder
für Kinder von 6 bis 11 und ihren Eltern
Mit einem scharfen Messer schnitzen? Im Taschenmesser-Workshop für (Groß-)Eltern-Kind-Gespanne lernen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind das Werkzeug Taschenmesser kennen. Sie schulen sich und ihr Kind im Umgang mit der scharfen Klinge und lernen die Schnitztechniken unter Beachtung der 6 Schnitzregeln. Ganz nebenbei erfahren Sie viel über das Holz, mit dem wir arbeiten.
In Teamwork mit Ihrem Kind schnitzen Sie eine Gabel und Sie und Ihr Kind verfeinern Ihr Können an einen eigenen Löffel. Zum Schluss können Sie gemeinsam – wenn die Zeit reicht – ein 3.Schnitzprojekt wagen und Flöte, Sausewind oder Kreisel schnitzen.
Der Taschenmesser-Schnitzworkshop frischt Ihr Wissen auf, wohingegen Ihr Kind den Umgang mit dem Messer erlernt. Das ist schon mal sicher: Eltern wie Kinder nehmen Schnitzgegenstände, jede Menge Anregungen und die Kinder ihr Schnitzdiplom mit nach Hause.
Kein Taschenmesser? Kein Problem: Im Kurs können Messer geliehen werden. Bitte auch mitbringen: regenfeste Kleidung, feste Schuhe, Getränk und ein Vesper (Wurst: bei gutem Wetter wird in der Pause Feuer gemacht).

151-57150
Astrid Schulte
Sa 25.07.15 14.00–18.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129,
70191 Stuttgart
EUR 18.00/EUR 8.00 weiteres Kind/EUR 10.00 weiterer Erwachsener

Fledermausexkursion
Auf der Suche nach Batman und Graf Dracula
In Kooperation mit der vhs Böblingen-Sindelfingen.
Die Fledermäuse haben sich eine eigene ökologische Nische erobert – den nächtlichen Luftraum. Hier leben sie konkurrenzlos und jagen mittels ihres „Radars“ nach Insekten.
Mit speziellen Geräten, die die Ortungslaute der Fledermäuse hörbar machen, begeben wir uns auf die Pirsch nach den Kobolden der Nacht.
Bei Regen findet die Veranstaltung nicht statt, da dann die Fledermäuse nicht fliegen.

151-57170K
Christian Roeder
Di 12.05.15 20.30–22.00
VHS Böblingen, Pestalozzistr. 4, 71032 Böblingen
EUR 12.00
Mindestalter 8 Jahre

Mit der Fledermaus auf Du und Du
Seminar mit lebenden Fledermäusen
In Kooperation mit der vhs Böblingen-Sindelfingen.
Saugen Fledermäuse Blut? Schnurren Fledermäuse? Wo wohnen Fledermäuse im Sommer und im Winter? Wenn Sie Antworten auf diese Fragen suchen oder noch mehr über Fledermäuse wissen möchten, besuchen Sie dieses Seminar mit der Biologin und Fledermausspezialistin Ilona Bausenwein vom Freundeskreis der Schlossfledermäuse Tübingen e.V.
Lernen Sie die heimlichen Kreaturen der Nacht persönlich kennen. Streicheln Sie lebendigen Fledermäusen über das seidige Fell und hören Sie den eingebauten Turbo-Motor. Lernen Sie, wo sich Paravent, Sonnenbrille, Cremetöpfe befinden und erfahren Sie, warum Fledermausmänner gute Manieren und eine kräftige Stimme besitzen sowie immer gut riechen sollten oder wo Fledermausbabys ihren Schnuller haben.
Haben Sie Spaß und begraben Sie alle vorhandenen Ängste und Vorurteile.

151-57180K
Ilona Bausenwein
Fr 10.07.15 18.00–20.00
VHS Böblingen, Pestalozzistr. 4, 71032 Böblingen
EUR 14.00
Mindestalter 8 Jahre

Schon gewusst...

Frühe Förderung von Familien
Die Stadt Stuttgart bietet jungen Familien zahlreiche Angebote zur Frühen Förderung an.
Kurs.-Nr. 151-31602
Informationen finden Sie auf Seite 65.

Mobilität

Fahrradreparaturkurs
Im Kurs werden grundlegende Wartungs- und Reparaturarbeiten vermittelt, die für Radtouren große Bedeutung haben: Platten flicken, Aus- und Einbau der Laufräder, Einstellen der Gangschaltung und der Bremse. Es wird Wert darauf gelegt, dass alle Arbeiten selbst ausgeführt werden.
Bitte ein Fahrrad mitbringen.

151-56360
Matthias Thum
Fr 17.07.15 18.00–22.00
Selbsthilfewerkstatt des ADFC Stuttgart, Rotebühlstraße 86
EUR 26.00/EUR 22.00 für ADFC-Mitglieder, Nachweis notwendig
Ermäßigte Gebühr für ADFC-Mitglieder beträgt 22 EUR.
Bitte Anmeldung mit Nachweis über die Mitgliedschaft an oekostation@vhs-stuttgart.de schicken.

Fahrradtechnik – mehr als Platten flicken und Kette ölen....
Hier lernen Sie am eigenen Fahrrad Verschleissteile zu wechseln und die richtige Wartung wichtiger Komponenten am Rad. Im Kurs wird das Einstellen und die Pflege von Lagern (Naben, Tretlager, Steuersatz) und Antrieb (Ritzel- und Kettenwechsel) vermittelt. In das Zentrieren der Laufräder wird eingeführt.
Bitte ein Fahrrad mitbringen. Es kann am eigenen Rad geschraubt werden, muss aber nicht.

151-56375
Matthias Thum
Sa 20.06.15 09.00–13.00
Selbsthilfewerkstatt des ADFC Stuttgart, Rotebühlstraße 86
EUR 26.00/EUR 22.00 für ADFC-Mitglieder, Nachweis notwendig
Ermäßigte Gebühr für ADFC-Mitglieder beträgt 22 EUR.
Bitte Anmeldung mit Nachweis über die Mitgliedschaft an oekostation@vhs-stuttgart.de schicken.

Rad – inklusiv
Radfahren für Jeden!
Ein Kurs für Alle, die in Entspannung und Gelassenheit neue Möglichkeiten mit dem Fahrrad ausloten wollen, Interessierte mit und ohne Behinderung, gerne auch Familien mit Kindern. Wir starten mit Geschicklichkeitsübungen, Parcours und lernen in einer Gruppe zu fahren. Nach Gewinn von Sicherheit im Umgang mit dem rollenden Untersatz stehen kleinere Ausflüge auf Radwegen in die nähere Umgebung an. Dieses Projekt wird individuell auf die Möglichkeiten und Fähigkeiten jedes Einzelnen zugeschnitten, so dass für jeden/jede etwas dabei ist. Gegebenenfalls kann ein Fahrrad oder Rollfiets (vorne Rollstuhl, hinten Fahrrad) zur Verfügung gestellt werden.

151-56390
Thomas Szotowski
So 02.08.–23.08.15 jew. 10.00–13.00, 4-mal
Ökostation,
Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
auch in den Ferien, nicht am 26.07.15
EUR 36.00
Bitte melden Sie sich bei Katrin Wahner an:
Tel. 0711 1873-717
katrin.wahner@vhs-stuttgart.de
und geben Sie an, ob Sie eine Kursassistenz mitbringen bzw. benötigen.
vhs Inklusion

Ökologie und Gartenbau

Gärtnern in Achtsamkeit mit sich und der Natur
Sommer
Die Begegnung mit Gärten und die aktive Arbeit im Garten wirkt anregend auf Körper und Geist, ermöglicht es zur Ruhe zu kommen und sich auf Wesentliches zu konzentrieren. Im Kurs beschäftigen wir uns mit Pflanzen, indem gesät, pikiert und die Ernte verarbeitet wird. Die körperliche Aktivität an der frischen Luft, der Kontakt zu Erde, Wasser und anderen lebenden Organismen und die intensive Beziehung zu den Prozessen von Werden, Wachsen, Reifen und Vergehen in der Natur wirkt dabei stärkend.
Für Menschen ohne Behinderung ist dieser Kurs ein Angebot zur Entschleunigung des hektischen Alltags. Genießen Sie stressfreies Lernen nach Ihrem eigenem Tempo und in persönlicher Atmosphäre!

151-58025
Alexandra Hänel
Sa 30.05.–27.06.15 jew. 14.00–16.00, 4-mal
Ökostation,
Wilhelm-Blos-Str. 129,
70191 Stuttgart
Nicht am 06.06.2015
EUR 32.00
Bitte melden Sie sich bei Katrin Wahner an:
Tel. 0711 1873-717
katrin.wahner@vhs-stuttgart.de
und geben Sie an, ob Sie eine Kursassistenz mitbringen bzw. benötigen.
vhs Inklusion

Beete herrichten und pflanzen
Tipps für den Hobbygärtner
Sobald sich die Erde erwärmt hat und keine Spätfröste mehr zu befürchten sind, können wir Gemüsepflanzen auf Beete im Freien setzen. Wir richten die Beete her und schaffen mit einer gut durchgearbeiteten krümeligen Erde ideale Kulturbedingungen. Danach pflanzen wir Jungpflanzen in geeignetem Abstand oder säen direkt aufs Beet aus. Wir berücksichtigen Grundregeln der Mischkultur und des Fruchtwechsels, kombinieren die Gemüsearten auf dem Beet daher wohlüberlegt. Dabei denken wir auch an blühende Begleitpflanzen, die den Garten beleben und verhindern, dass Schädlinge überhand nehmen.

151-58060
Agnes Pahler
Fr 15.05.15 15.00–17.30
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129,
70191 Stuttgart
EUR 11.00

Gemüse pflegen und ernten
Tipps für den Hobbygärtner
Erste Gemüsekulturen sind im Garten der Ökostation bereits reif für die Ernte. Andere Kulturen, die viel später erst eine Ernte versprechen, wachsen bei den langen Tagen mit zunehmenden Temperaturen zügig heran. Wir bearbeiten die Erdoberfläche der Beete und jäten. Wir pflegen die Gemüseplanzen. Dies alles geschieht auch um die Verbreitung von Krankheiten und Schädlingen zu verhindern. Wir befassen uns auch mit der Bodenbedeckung und dem richtigen Gießen.

151-58061
Agnes Pahler
Di 23.06.15 15.00–17.30
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129,
70191 Stuttgart
EUR 11.00

Aussaat von Herbst- und Wintergemüse
Tipps für den Hobbygärtner
Die Zeit für Aussaaten ist im Juli längst nicht vorbei. Durch frühe Ernten sind bereits Flächen auf den Beeten frei geworden. Hier können wir Salate für den Herbst einsäen, etwa Endivie oder Feldsalat, die jetzt rasch heranwachsen. Wir säen ebenso Kulturen wie Rettich und Radies, die bei einem früheren Aussaattermin zum Schießen neigen. Auch Asia-Salate sät man erst nach der Sommersonnenwende. Für andere Kulturen wie Radicchio beginnt jetzt die erste Wachstumsphase; diese Kultur werden wir erst im kommenden Frühjahr ernten. Schließlich können wir uns mit der Vermehrung von Kräutern befassen.

151-58065
Agnes Pahler
Fr 24.07.15 15.00–17.30
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129,
70191 Stuttgart
EUR 11.00

Sommerschnitt an Obstbäumen und Beerensträuchern
Der Sommerschnitt hat eine wichtige Bedeutung für die Entwicklung der Obstbäume und Beerensträucher sowie deren Früchte. Unter fachlicher Anleitung wird Ihnen der Beeren- und Obstbaumschnitt erklärt und vorgeführt.

151-58080
Steffen Polinski
Sa 11.07.15 10.00–14.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129,
70191 Stuttgart
EUR 18.00

Sensen
Wenn Sie Ihre Wiese umweltfreundlich und leise mähen möchten, dürfen Sie diesen Kurs nicht versäumen. Der Kurs der natürlichen Wiesenpflege mit Thomas Hipp richtet sich an Anfänger und solche, die den Umgang mit der Sense neu erlernen wollen. Die Teilnehmer lernen die theoretischen und praktischen Grundlagen im Umgang mit der Sense. Dazu gehören das Einstellen des Sensenblattes, des Sensenbaums, das Dengeln und Wetzen und natürlich das Mähen mit der Sense.
Die Sensen werden im Sensenkurs gestellt, Sie können aber auch gerne Ihre eigene Sense mitbringen. Bitte achten Sie auf festes Schuhwerk.

Die Kunst zu mähen
151-58085
Thomas Hipp
Sa 27.06.15 7.00–11.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129,
70191 Stuttgart
EUR 42.00

Die Kunst zu mähen
151-58086
Thomas Hipp
Sa 20.06.15 7.00–11.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129,
70191 Stuttgart
EUR 42.00

Schon gewusst...

Kochen an der ökostation

Ein besonderes Handwerk ist das Kochen mit Wildpflanzen und -kräutern. Geschmacklich sind Wildkräuter kaum mit anderen Mitteln nachzuahmen und geben allen Gerichten ihre charakteristische Note. Spannende Angebote zu diesem Thema finden Sie auch im Bereich Kochen und Genießen ab Seite 72.

Naturwerkstatt

Holunderblütensirup und -sekt
Gesunde und edle Getränke
Gesunde und edle Getränke, Holunderblüten werden im vhs-Naturgarten geerntet und Sirup hergestellt. Weitere Rezepte werden besprochen.
Es werden Materialkosten von ca. EUR 2.00 im Kurs erhoben.
Bitte Schraubdeckel- oder Eunmachgläser mit großer Öffnung mitbringen.

151-58135
Barbara Drescher
Di 19.05.15 18.00–20.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129,
70191 Stuttgart
EUR 10.00

Die Fülle der blühenden Sommerkräuter
Schafgarbe, Roter Klee, Johanniskraut, Salbei und viele andere Heilkräuter stehen im Sommer in ihrer Fülle. Lernen Sie wichtige Heilkräuter für unser Wohlbefinden und für sinnliche Genüsse mit ihren Wirkungen und Anwendungen kennen. Praktisch bereiten wir einen Kräuterwein, Blütensalz, Massageöl u.a. zu.
Bitte Brettchen, Messer, 3 kleine Schraubgläser, Tasse, Teller, Besteck mitbringen

151-58190
Renate Maia Pfrombeck
Fr 19.06.15 16.00–20.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129,
70191 Stuttgart
EUR 18.00

Ringelblumencreme und -salben selbst gemacht
Die für die Herstellung benötigten Ringelblumen werden im vhs-Garten geerntet.
Es werden im Kurs Materialkosten von ca. EUR 6.00 erhoben.
Bitte mehrere kleine Schraubgläser oder Cremetöpfchen mitbringen.

151-58200
Barbara Drescher
Do 16.07.15 18.00–20.30
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129,
70191 Stuttgart
EUR 12.00

Urkraft-Smoothies
die grünen Smoothies
Man nehme eine Handvoll Kräuter und Blätter von Bäumen, Früchte der Saison, grünes Blattgemüse und Wasser – und fertig ist die perfekte Mahlzeit! Grüne Smoothies sind schnell zubereitet, schmecken lecker und enthalten hochkonzentrierte Vital- und Nährstoffe. Eine wahre Freude für jeden, der seinen Körper und damit sein Wohlbefinden unterstützen möchte. Sie lernen verschiedene Wildkräuter und Blätter von Bäumen kennen, welche sich gut für Grüne Smoothies eignen. Auch auf die spezielle Wirkungsweise der einzelnen Pflanzen in Bezug auf unseren Körper wird eingegangen.

151-58220
Birgit Straka
Do 17.09.15 18.30–20.45
Elise von König Gemeinschaftsschule
Münster, Nagoldstr. 7, 70376 Stuttgart
EUR 24.00 inkl. EUR 10.00 Materialkosten und einem ausführlichen Skript, damit Sie auch zu Hause das Erlernte mit Erfolg anwenden können.

Schon gewusst...

Naturwerkstatt

Das Arbeiten mit Naturmaterialien lädt zum Entspannen ein und ermöglicht neue sinnliche Eindrücke, die mit konventionellen Materialien so nicht gegeben sind. In der vhs ökostation bieten wir Ihnen vielseitige Möglicheiten Naturmaterialien zu entdecken und zu nutzen.

Naturseife sieden
Altes Handwerk – neues Hobby
Seife sieden war früher ein geachtetes Handwerk. Heute kommt die Seife aus der Drogerie oder dem Supermarkt und keiner weiß so genau, was das Waschstück enthält. Lernen Sie Ihre Seife selbst zu sieden – aus natürlichen Fetten, Ölen und all dem, was Ihnen persönlich und Ihrer Hand gut tut oder Ihnen einfach nur gefallen würde. Der Kurs vermittelt Ihnen das Grundwissen und die notwendigen Informationen. Es werden Seifen im Kaltverfahren und im Heißverfahren gesiedet. Unter anderem können wir Soleseife und Milchseife sieden. Am Ende werden die in der Gruppe gesiedeten Seifen untereinander geteilt und mit nach Hause genommen.

151-58420
Susanne Albert
Mo 17.08.15 und Di 18.08.15 jeweils 17.00–22.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 55.00 inkl. EUR 15.00 Materialkosten

Inspiration Natur – Basteln mit Naturmaterialien
Gibt es etwas Schöneres als durch die Natur zu streifen und dabei ihre großen und kleinen Schönheiten zu entdecken, aus denen sich dann mit wenig Mühe kleine „Kostbarkeiten" zur Deko oder als Geschenke für Freunde herstellen lassen.
Lassen Sie uns gemeinsam in den Kursen mit den Schätzen der Jahreszeit mit Freude die eigene Kreativität entdecken und umsetzen!
Weben wie die Spinnen
Wir sammeln Äste, Zweige, Steine u.a. und bauen daraus einen Steinzeit-Webrahmen und gestalten darin Geflechte mit Naturmaterialien.
Knetseife
Wir halten die Farben und Düfte des Sommers fest und stellen daraus unsere persönliche Naturseife her.

Weben wie die Spinnen
151-58455
Edith Bauer-Wellert
Fr 29.05.15 18.00–20.30
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 10.00 inkl. EUR 3.00 Materialkosten
vhs Inklusion

Knetseife
151-58460
Edith Bauer-Wellert
Fr 10.07.15 18.00–20.30
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 10.00 inkl. EUR 3.00 Materialkosten
vhs Inklusion

Frostfeste Gartendekorationen
Unsere gefiederten Gartengäste nehmen gerne ein erfrischendes Bad. Sie haben die Möglichkeit im Kurs Vogeltränken oder auch Schalen und Trittblätter zu modellieren.
Die Gegenstände sind aus Beton und Mörtel und wirken dennoch wie Naturstein und sind obendrein auch noch frosthart.
Bitte Schürze und Einmalhandschuhe mitbringen.

151-58470
Christa Wirth
Mo 18.05.–26.05.15 jew. 18.00–20.00, 3-mal
EUR 38.00 Materialkosten von 5.00 EUR werden im Kurs erhoben.
Treffpunkt: Gartenwerkstatt Paulusstr. 50, Stgt.-West, bitte Fußweg bei Wendeplatte zur Gartenwerkstatt weitergehen

Pflanzensaft gibt Pflanzen Kraft
Verschiedene Wild- und Gartenkräuter liefern uns unentbehrliche Dünge- und Pflanzenschutzmittel. Wie diese Kräuter zu Pflanzenjauchen, -brühen und -extrakten angesetzt und im Garten zur Schädlingsabwehr und Stärkung der Pflanzen eingesetzt werden, erfahren Sie an diesem Kursnachmittag.

151-58090
Hannelore Simon
Sa 30.05.15 10.00–12.00
Ökostation,
Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 6.00

Geburtstag in der Natur feiern

Die vhs ökostation mit ihrem Garten bietet viele Möglichkeiten zur individuellen Gestaltung eines Kindergeburtstags. Die Natur steht bei den Spielen und Aktionen im Vordergrund. Bei schlechtem Wetter bietet das Ökohaus Unterschlupf.
Gegen eine Gebühr von EUR 60.00 können Sie nach vorheriger Anmeldung in Eigenregie mit Ihren Kindern Geburtstag feiern. Ein Team aus Naturpädagogen/innen und Biologen/innen übernimmt auch gerne die Gestaltung des Naturgeburtstags (+EUR 50.00, zzgl. Material).

Weitere Informationen erhalten Sie unter: Tel. 0711 1873-834 und -835 (Mo, Mi und Do 9.00–16.00; Di und Fr 10.00–15.00).
Oder fordern Sie unsere Geburtstagsinfoflyer unter oekostation@vhs-stuttgart.de an.

Entspannen in der Natur

Eine Woche im Freien – Zeichnen und Malen
Mitten im Sommer, inspiriert von der schönen Umgebung des Wartberggeländes unterhalb des Stuttgarter Killesberg, werden wir uns zunächst die unmittelbare Umgebung vornehmen. Wir zeichnen, besprechen den Bildaufbau, die Perspektive und die Möglichkeit, wie wir die Zeichnung in ein Bild umsetzen können. Dabei probieren wir diverse Materialien aus wie Collagen und Mischtechniken.

151-36306
Gabriele Schreiner
Mo–Fr 24.08.–28.08.15 14.00–17.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 84.00

151-36307
Gabriele Schreiner
Mo–Fr 31.08.–04.09.15 14.00–17.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 84.00

Bitte mitbringen...
Zum ersten Termin Bleistifte 2B, Skizzen- und Aquarellblock A3 sowie vorhandene Malutensilien mitbringen.

Seminar: Höhlenerkundung
In Kooperation mit AVENTERRA e.V.
Das Seminar Höhlenerkundung führt in die Befahrung wilder Höhlen ein. Dazu besuchen wir die Gustav-Jacob-Höhle in der Nähe von Bad Urach. Sie bietet das optimale Lernfeld, denn Enge und Dunkelheit, Tropfsteine und Hallen können hier mit geringem Risiko und relativ leicht zugänglich erlebt werden.
Inhalte sind unter anderem:
– die Planung einer Höhlenbefahrung
– Sicherheitsvorkehrungen und Verhalten in der Höhle
– Aktivitäten in der und um die Höhle
– Geologische Aspekte und Umweltschutz
Am Sonntag wird dann eine weitere Höhle befahren. Hier können die Teilnehmer das Gelernte umsetzen.

151-56765K
Thorsten Bohle
Seminarwochenende von
Fr 12.06. bis So 14.06.15
Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.
Grabenstetten (bei Bad Urach)
EUR 195.00
Dieses Seminar ist Teil der Ausbildung Erlebnispädagogik.

Ökologischer Landbau – Hofführung
Getreide – Grundlage unseres Lebens
Im Mittelpunkt der Führung steht das Getreide. Wir werden verschiedenste Weizen-, Dinkel-, Roggen-, Einkorn- und Emmersorten sehen. Eindrücklich in Wuchs und Färbung bekommen wir einen Einblick in die Sortenvielfalt . Aber auch Hintergründe zur ökologischen Züchtungsarbeit werden erörtert.

151-58010
Oliver Hübner
So 28.06.15 16.00–19.00
EUR 11.00
Treffpunkt: Kleinhohenheim (Königsträßle, 70599 Stuttgart)

Botanisch-geologischer Spaziergang auf dem Feuerbacher Höhenweg
Die Wanderung führt vom Zuffenhäuser Stadtpark auf dem Feuerbacher Höhenweg zum Lemberg bis zu der geologischen besonders interessanten Mergelgrube am Horn. Auf dem Panoramaweg eröffnen sich unterwegs Ausblicke hinab nach Feuerbach und Weilimdorf und auf die gegenüberliegenden Höhen mit Aussicht zum Killesberg, Fernsehturm, Birkenkopf, Schloss Solitude und andere Sehenswürdigkeiten. Auch werden Relikte einer Siedlung aus der Eisenzeit gestreift. Eine Möglichkeit zum Abstieg besteht zur Haltestelle Landauer Straße (U6/U13) in Weilimdorf oder man kehrt zurück durch das Naturschutzgebiet Greutterwiese nach Zuffenhausen.

151-58700
Prof. Ulrich Kull
Sa 30.05.15 14.00–17.00
EUR 4.00
Treffpunkt: S-Bahnhof Zuffenhausen, vor dem Verlagshaus Heinz, Bessemerstr. 7, 70435 Stuttgart

Besuch der Hohenheimer Gärten
Auf einem Rundgang durch das Landesarboretum Baden-Württemberg (Exotischer Garten und Landschaftsgarten) wird Wissenswertes über Baumveteranen aus herzoglicher Zeit und wertvolle exotische Gehölze angesprochen, darüber hinaus noch die vorhandenen historischen Bauwerke erklärt. Der Rundgang beginnt am Eingang Garbe an der Bushaltestelle und dauert etwa 1 1/2 bis 2 Stunden. Es gibt Sitzmöglichkeiten auf Bänken.

151-58730
Robert Gliniars
Sa 13.06.15 14.00–16.00
EUR 8.00
Treffpunkt: Plieningen, Bushaltestelle „Garbe“, Gasthaus Garbe, Filderhauptstr. 136, 70599 Stuttgart

Stuttgarter Landschaften – botanisch-ornithologische Spaziergänge
Stuttgart hat ein kleinteilig wechselndes Biotopmosaik. Auf Exkursionen mit verschiedenen Zielen werden Waldränder, Feldgehölze, Streuobstwiesen, Bäche, Magerrasen und Weinberge mit Trockenmauern aufgesucht und deren typische Vogelwelt und Flora gezeigt oder auf Wunsch auch mit Büchern und Lupe bestimmt.

Travertinpark
151-58780
Barbara Drescher
Dieter Deininger
Do 11.06.15 18.00–20.00
EUR 4.00
Treffpunkt: U-Bahn-Haltestelle (U14) „Kraftwerk Münster“, Neckartalstraße, 70376 Stuttgart

Brachflächen im Nordbahnhofviertel
151-58790
Barbara Drescher
Do 23.07.15 18.00–20.00
EUR 4.00 botanischer Spaziergang
Treffpunkt: Nordbahnhofstraße, vor S-Bahn-Haltestelle „Nordbahnhof“, 70191 Suttgart

Bitte mitbringen...

Bitte vorhandene Bestimmungsbücher und Lupe mitbringen, festes Schuhwerk anziehen. Bitte zu allen Spaziergängen anmelden.

Sommersonnwendabend im Sinnesgarten
Ein Erlebnisabend für Erwachsene
Uralte Bräuche, Feste und Mythen ranken sich um die Zeit, in der die Sonne auf dem Höhepunkt steht und viele Kräuter ihre besondere Heilwirkung entfalten. An diesem besonderen Abend lädt der idyllische Garten zur Entdeckungsreise mit allen Sinnen ein. Sie genießen eine wohltuende Johanniskrautölmassage und eine köstliche Sommernachtsbowle mit selbst gepflückten Sommerbeeren, duftenden Kräutern und Blüten.
Bitte Glas und kleinen Löffel für die Bowle und ein Handtuch mitbringen. Bei angekündigtem Regen bitte die Kursleiterin am Vorabend (19.00–21.00 Uhr) anrufen (0721/4903376)

151-58900
Claudia Bruder
So 21.06.15 19.15–21.15
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 13.00

Spannende Angebote für
Kinder und Familien:
Kurse, Kino, Theater,
Ferienprogramme,
Kindergeburtstage,
Familientage,
Kreativwerkstätten und
Naturerlebnisse

vhs
Lass dich mal sehen

Im Treffpunkt Kinder und der vhs ökostation der volkshochschule stuttgart
Mehr Infos unter:
vhs-stuttgart.de/treffpunkt-kinder

FIT IN DEN SOMMER 05

Foto: DeeFoto/Clipdealer.de

Stressbewältigung und Entspannung

Gesundheitskompetenz
für Frauen
Wissensvermittlung in Theorie und Praxis über stoffwechselgerechte Ernährung mit intelligenten Nahrungsmitteln zur Leistungssteigerung und Gewichtsregulierung, Anleitung zur Bauchselbstmassage
In der Ruhe liegt die Kraft:
Erfolgreiches Energiemanagement mit Bewegungs- und Entspannungstraining. Vermittelt werden alltagstaugliche Übungen zur sofortigen Umsetzung: Progressive Muskelentspannung, Bewegungs- und Entspannungsübungen für die 3-Minuten-Pause.
Gelassen und sicher im Stress:
Stress erkennen und verstehen: Körperliche Stressreaktionen und die Folgen für die Gesundheit, Stressoren in Beruf und Alltag.
Stress bewältigen – Drei Säulen der Stresskompetenz: Instrumentelle Stresskompetenz (Zeit- und Selbstmanagement), mentale Stresskompetenz (Entwicklung förderlicher Gedanken und Einstellungen), regenerative Stresskompetenz (Entspannungstraining).

151-18696
Andrea Rosa Simma
Di 30.06.15 13.30–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 38.00

Stressbewältigung durch Achtsamkeit nach Jon Kabat-Zinn – MBSR – Mindfulness Based Stress Reduction
Um Stressbewältigung durch Achtsamkeit in den Alltag integrieren zu können, hat Dr. Jon Kabat-Zinn ein intensives Trainingsprogramm für Körper, Geist und Seele entwickelt: MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction).
Achtsamkeit ist die Fähigkeit, die Aufmerksamkeit auf den gegenwärtigen Moment zu lenken und wertfrei wahrzunehmen was ist. Übungen zur Körperwahrnehmung, Meditation und Gespräche sind Bestandteil des Kurses. Der Kurs eignet sich für Menschen, die Stress fühlen und einen anderen Umgang damit erlernen möchten und für neue Erfahrungen offen sind. Wesentlicher Bestandteil des Kurses ist die tägliche Praxis.
Voraussetzungen:
Teilnahme an der Einführungsveranstaltung Kurs 151-40150 oder 151-40151
Bitte mitbringen: warme, bequeme Kleidung, (Woll)socken, eine Decke, ein Badehandtuch, ein kleines Kissen, Schreibzeug und etwas zu Trinken.

151-40154
Andrea Richter
Fr 15.05.-10.07.15 jew. 19.00–21.30, 5-mal
Sa 11.07.15 10.00–17.00
Do 16.07.15 19.00–21.30
Fr 24.07.15 17.30–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 210.00

Entspannung – die innere Ruhe finden
Das Seminar bietet die Möglichkeit verschiedene Entspannungsmethoden kennen zu lernen und auszuprobieren. Entspannungsmethoden, die dabei helfen, Ruhe und Ausgeglichenheit zu entwickeln und die eigenen inneren Stärken zu entdecken und zu fördern.
Mit Hilfe von Muskel-, Atem-, Phantasie- und Tiefenentspannung sowie Achtsamkeitsübungen können Sie vom Alltag abschalten und zu sich selbst finden.

151-40174
Martin Kast
Mi 17.06.–22.07.15 jew. 18.00–19.30, 6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 58.00

Autogenes Training
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-42100
Anita Dröge
Di 16.06.–21.07.15 jew. 18.00–19.30, 6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 52.00

Autogenes Training in Zuffenhausen
151-42210
Marion Huber
Di 16.06.–28.07.15 jew. 19.00–20.30, 7-mal
Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart
EUR 60.00

Autogenes Training für Jugendliche 13-17 Jahren – Kurzseminar
151-42240
Anita Dröge
Sa 04.07.15 11.00–14.00
Sa 11.07.15 11.00–14.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 35.00 bereits ermäßigte Gebühr

Shiatsu mit Tüchern – ein Wohlfühltag für Frauen
Ein Tag für mich – in diesem Kurs können Sie einfache Techniken mit einem Tuch kennenlernen und selbst ausprobieren. Shiatsu ist eine ganzheitliche Massage – Methode, die über sanften Akupressur, Dehnungen, Schüttelübungen und sanftes Stretching wirkt. Spielerisch und schwungvoll werden verspannte Körperpartien bewegt und gelockert. Gleichzeitig wird die Lebensenergie, das „Ki" (chin. Qi) in seinen natürlichen Fluss gefördert. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Die Übungen werden einzeln, paarweise und in kleinen Gruppen durchgeführt.

151-43070
Gisela Schöller
Mi 17.06.15 10.00–16.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 30.00

Biodynamische Massage und Entspannung für Zwei
An diesem Wochenende werden einfache Entspannungsmassagen der Biodynamik für Kopf-, Schulter-/Nacken-, Rücken- und Fußbereich gezeigt. Ebenso werden dynamische und meditative Atem- und Entspannungsübungen vermittelt, die den Körper stabilisieren und harmonisieren. Bitte gemeinsam mit einer vertrauten Person anmelden. Bitte mitbringen: Ein Leintuch, eine Decke, Massageöl, bequeme Kleidung und ein Sitzkissen

151-43250
Ulrike Lienert
Fr 10.07.15 18.30–21.30
Sa 11.07.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 48.00 pro Person

Massage und Entspannung für Zwei
Ein Wochenende zum Wohlfühlen, Auftanken und Verwöhntwerden. Sie erfahren, wie Hektik und Stress des Alltags und die daraus resultierenden Symptome wirkungsvoll abgebaut werden können. Dies wird im körperlichen Bereich durch verschiedene Massagen (mit Musikbegleitung) erreicht. Verspannungen lösen sich, innere Ruhe und Wohlbefinden stellen sich ein. Im Gespräch werden wir die möglichen Ursachen und Zusammenhänge von Verspannungen aufspüren und beleuchten.
Zusätzlich tragen Atem- und Entspannungsübungen dazu bei, das seelische Gleichgewicht zu stabilisieren und den Körper bewusster wahrzunehmen.
Bitte gemeinsam mit einer vertrauten Person anmelden.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke/Leintuch, Massageöl.

151-43280
Margarete Pfeifer
Fr 12.06.15 18.00–21.30
Sa 13.06.15 09.30–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 53.00 pro Person

Bühne frei für mich!
Alexander-Technik für freies Sprechen und sicheres Auftreten
Es gibt immer wieder Situationen, in denen wir „auf der Bühne" stehen: im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit, von allen beobachtet – und bewertet. Das ist faszinierend, aber auch aufregend! In diesem Einführungsseminar bekommen Sie grundlegendes Werkzeug an die Hand, mit dem Sie Ihre persönlichen Ausdrucksmittel wirkungsvoller einsetzen und sich bei Präsentationen, Diskussionen und Auftritten im beruflichen oder privaten Rahmen sicherer und selbstbewusster bewegen können. Sie erfahren, wie Sie Atem, Stimme und Bewegung fließend aufeinander abstimmen, Aufregung und Nervosität in positive Energie umwandeln und Ihre Botschaft klar und ansprechend kommunizieren können.

151-43805
Guido Ingendaay
Mo 15.06.–27.07.15 jew. 19.00–21.00, 7-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 81.00

Der erfahrbare Atem nach Prof. Ilse Middendorf®
Natürlich gesund und tief durchatmen
Kennen Sie das Gefühl, nach einer übermäßigen Anspannung endlich wieder tief durchatmen zu können?
Leichte und einfache Bewegungsübungen klären die Unterschiede zwischen dem unbewussten, dem willentlich geführten und dem erfahrbaren Atem.
Guter Atem ist kein Zufall. An diesem Wochenende lernen Sie verschiedene Übungen für den erfahrbaren Atem kennen. Dieser fördert ganzheitlich die Entwicklung der Selbsterkenntnis, Herz und Kreislauf, Haltung und Rücken, Entspannung und gesunden Schlaf, weckt Lebensfreude und Wohlgefühl. Die eigenen Heilkräfte im Körper werden gestärkt und Sie fühlen sich rundum vital.
Das Seminar ist für alle Altersgruppen geeignet.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, Getränk und kleinen Imbiss.

151-43820
Dieter Müller
Sa 27.06.15 16.00–19.30
So 28.06.15 11.00–14.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 42.00

Wirbelsäulen Qigong – Chan Mi Qigong
Geschmeidigkeit und Flexibilität der Wirbelsäule und aller Gelenke werden gezielt gefördert. Beständiges Schwingen ermöglicht sanfte, fließende Bewegungen, die durch die Wirbelsäule ausgeführt werden. Die wieder gewonnene Durchlässigkeit löst Blockaden und der freie Energiefluss gibt neue Vitalität.

151-44680
Susanne Thiel
Mo 06.07.–27.07.15 jew. 09.30–11.00, 4-mal
Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart
EUR 28.00

151-44683
Sabine Kunz
Di 30.06.–21.07.15 jew. 19.45–21.15, 4-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 28.00

151-44685
Gisela Schöller
Di 16.06.15 10.00–16.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 28.00

Yoga und Meditation

Alle Kurse enthalten Asanas (Körperübungen), Pranayama (Atem und Energie), Entspannung und Meditation.
Bitte vermeiden Sie große Mahlzeiten vor Ihrem Kurs.
Mehr Informationen finden Sie auch auf unserer Website www.vhs-stuttgart.de bei der jeweiligen Kursbeschreibung.

Die »Fünf Tibeter«®
in Feuerbach
Energie ist der Schlüssel für Lebendigkeit und körperliches sowie seelisches Wohlbefinden.
Tibetische Mönche entwickelten Techniken und spezielle Übungen, um Energieströme zu aktivieren.
Dieses uralte System von Körperübungen wurde über Jahrhunderte als Weisheit des Ostens an den Westen weitergegeben.
Energieströme beleben uns und wirken auf psychischer und physischer Ebene.
An zwei Abenden lernen Sie den harmonischen Ablauf der 5 Tibeter Riten kennen. Sie sind leicht zu erlernen.
Täglich 10 -15 Minuten Übungszeit erbringen ein unglaubliches Wirkungspotenzial.
Gönnen Sie sich etwas nachhaltig Gutes und besuchen Sie unseren Workshop.
Bitte rechtzeitig anmelden!

151-44241
Verena Wieland-Huber
Di 12.05.15 18.00–20.00
Di 19.05.15 18.00–20.00
EUR 38.00
Samariterstift Feuerbach – Nachbarschaftsraum, Kitzbüheler Weg 7, 70469 Stuttgart (Feuerbach)

Yoga für Schwangere am Morgen
Komm bei Dir und deinem Baby an. Dein Körper, dein Leben werden sich verändern. Yoga ist ein wunderbarer Weg diesen neuen Herausforderungen zu begegnen. Wir stärken unseren Körper für Schwangerschaft und Geburt, üben aktives loslassen und durchatmen, um so zu einem entspannteren Körpergefühl zu gelangen. Entspannung, Kraft und Vertrauen in deine eigenen Fähigkeiten, geben Dir mehr und mehr Gelassenheit.
Ab der 12. SSW möglich

151-45461
Sophie Krespach
Mo 08.06.–20.07.15 jew. 09.30–11.00, 7-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 59.00

Mit Yoga kraftvoll in den Tag
Kundalini Yoga hilft uns, den Herausforderungen des Alltags gestärkt und gelassener zu begegnen. Nutzen Sie die Gelegenheit, sich einmal anders auf den Tag vorzubereiten.
Der Kurs richtet sich an Anfänger/innen und Geübte gleichermaßen.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-45501
Sophie Krespach
Mo 08.06.–20.07.15 jew. 08.00–09.15, 7-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 41.00

Yoga – Bewegung als innerer Sinn

151-45551
Gabriele Schäfer-Bachteler
Mo 15.06.–27.07.15 jew. 10.00–11.30, 7-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 49.00

Bitte mitbringen...

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Decke oder ein Laken, ein kleines Kissen und warme Socken.

Yoga für Jung und Alt

151-45581
Heinke Carstensen
Mi 24.06.–22.07.15 jew. 09.00–10.30, 5-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 36.00

151-45591
Heinke Carstensen
Mi 24.06.–22.07.15 jew. 10.45–12.15, 5-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 36.00

Yoga – Bewegung als innerer Sinn für Menschen 50+

151-45611
Gabriele Schäfer-Bachteler
Do 11.06.–23.07.15 jew. 10.15–11.45, 7-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 49.00

Yoga

151-45621
Nicole Drägerhof
Fr 19.06.–24.07.15 jew. 09.30–11.00, 6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 42.00

Yoga – entspannt in den Feierabend

151-45801
Margareta Doris Wießmeier
Di 09.06.–21.07.15 jew. 16.15–17.45, 7-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 49.00

Yoga für den Rücken

151-45851
Margareta Doris Wießmeier
Mi 10.06.–22.07.15 jew. 16.15–17.45, 7-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 49.00

Yoga

151-46001
Heinke Carstensen
Mo 22.06.–20.07.15 jew. 17.15–18.45, 5-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 36.00

Kundalini Yoga nach Yogi Bhajan – Ökostation Wartberg
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-46011
Isabelle Griesshaber
Mo 08.06.–20.07.15 jew. 19.00–20.30, 7-mal
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 61.00

Yoga – Sommerkurs

151-46016
Marry Maasz
Mo 13.07.–27.07.15 jew. 18.00–19.30, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 21.00

151-46026
Marry Maasz
Mo 13.07.–27.07.15 jew. 19.45–21.15, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 21.00

Yoga

151-46041
Heinke Carstensen
Di 23.06.–21.07.15 jew. 17.15–18.45, 5-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 36.00

Yoga in englischer Sprache – Yoga Class in English
Would you like to practise classical Hatha-Yoga, but prefer to be taught in English?
We have breathing exercises, yoga positions and various kinds of relaxation in the tradition of Sivananda.
Come in and join our group, in a pleasant atmosphere. Your yoga mat is waiting for you.
Beginners and Advanced are welcome.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-46051
Margareta Doris Wießmeier
Di 09.06.–21.07.15 jew. 18.00–19.30, 7-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 49.00

Yoga – Bewegung als innerer Sinn

151-46121
Gabriele Schäfer-Bachteler
Mi 10.06.–22.07.15 jew. 17.45–19.15, 7-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 49.00

Schon gewusst...
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf unserer Webseite www.vhs-stuttgart.de

Yoga und Meditation – Aufbaukurs

151-46161
Margareta Doris Wießmeier
Mi 10.06.–22.07.15 jew. 18.00–19.30, 7-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 49.00

Yoga – Sommerkurs Ökostation

151-46171
Marry Maasz
Mi 15.07.–29.07.15 jew. 18.00–19.30, 3-mal
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 25.00

151-46181
Marry Maasz
Mi 15.07.–29.07.15 jew. 19.45–21.15, 3-mal
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 25.00

Yoga – Kraftvoll und entspannt in den Alltag, Aufbaukurs

151-46251
Margareta Doris Wießmeier
Do 11.06.–23.07.15 jew. 17.45–19.15, 7-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 49.00

Relax and Renew – Kundalini Yoga nach Yogi Bhajan

151-46285
Isabelle Griesshaber
Do 11.06.–23.07.15 jew. 18.15–19.45, 7-mal
Thalamus – Heilpraktikerschule, Mozartstr. 51, 70180 Stuttgart
EUR 49.00

Yoga – Entspannt ins Wochenende

151-46321
Margareta Doris Wießmeier
Fr 12.06.–24.07.15 jew. 17.30–19.00, 6-mal
Nicht am 19.6.15.
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 42.00

Aufbaukurs
151-46331
Margareta Doris Wießmeier
Fr 12.06.–24.07.15 jew. 19.15–20.45, 6-mal
Nicht am 19.6.15.
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 42.00

Yoga in Weilimdorf am Abend

151-47111
Inga Viktorsdóttir
Mo 08.06.–20.07.15 jew. 18.30–20.00, 7-mal
EUR 58.00
Treffpunkt Pfaffenäcker Kaiserslauterer Str. 14, 70499 Stuttgart Weilimdorf

Yoga in Weilimdorf am Morgen

151-47121
Inga Viktorsdóttir
Do 11.06.–23.07.15 jew. 09.30–11.00, 7-mal
EUR 58.00
Treffpunkt Pfaffenäcker Kaiserslauterer Str. 14, 70499 Stuttgart Weilimdorf

Business Yoga
Spezielle Übungen für Berufstätige, die an Bildschirmarbeitsplätzen arbeiten
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-47250
Monika Messinger
Fr 26.06.–24.07.15 jew. 18.00–19.30, 5-mal
Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart
EUR 35.00

Yoga Nidra in Plieningen

151-47370
Sabine Bayer-Oberhansl
Mo 06.07.–20.07.15 jew. 18.15–19.45, 3-mal
Altes Rathaus Plieningen, Mönchhof, 70599 Stuttgart
EUR 21.00

Einführung in die Meditation II
Dieses Seminar wendet sich an Personen, die die „Einführung in die Meditation" bereits besucht haben und noch mehr über das Meditieren, seine Integration ins praktische Leben und seine Auswirkungen erfahren wollen. Die Veranstaltung besteht aus praktischen Meditations- und theoretischen Vortrags-Teilen:
- Es werden zwei neue Meditationsverfahren vermittelt (Geh-Meditation, Achtsamkeits-Meditation).
- Insgesamt werden mindestens vier Meditationen praktiziert.
- Die Haltung wird in Bezug auf das Erleben des inneren Schwerpunkts (Hara) optimiert.
- In Form des Vortrags wird zwischen den Übungen erörtert, was der höhere Sinn des Meditierens ist und welches spirituelle Denken der Praxis der Meditation zu Grunde liegt.

Bitte mitbringen: Decken oder Meditationskissen, Schreibzeug, Mineralwasser.

151-47645
Martin Noll
Sa 18.07.15 14.00–18.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 50.00

Meditation und Achtsamkeit
Das Seminar gibt einen Einstieg in die Grundzüge buddhistischer Meditation. Dabei führt Entspannung zum ruhigen Weilen und die vielfältigen Praktiken der „Achtsamkeit" zur Klarheit des Geistes.
Bitte mitbringen: Meditationskissen. Hocker und Bänkchen sind vorhanden. ▶

151-47670
Ulrich Loseries
Sa 11.07.15 10.00–18.00
So 12.07.15 10.00–17.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 75.00

Fit, entspannt und voller Energie!
Tibetischer Sonnengruß und Formen des HimalaYoga
Haben Sie im Alltag auch viel zu oft viel zu wenig Zeit für Sport und Entspannung?
An nur einem Kurstag erlernen Sie den tibetischen Sonnengruß, die sieben Übungen aus dem HimalaYoga und dazu passende kurze Entspannungssequenzen.
Mit diesen einfachen Energieübungen können Sie mit geringem zeitlichen Aufwand bessere körperliche Fitness, mehr Energie und innere Ruhe erlangen. Richtig ausgeführt beugen die Übungen der Chronifizierung von Rückenbeschwerden vor und sind gleichzeitig ein ausgesprochen wirksames Antistress-Programm für Körper, Geist und Seele.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Gymnastikschuhe oder Stoppersocken, ein großes Handtuch, eine Wolldecke, evtl. ein kleines Kissen und ein Getränk

151-47720
Petra Mendel-Otto
Sa 20.06.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 45.00

Yoga – eine „alte Weisheit" zur zeitgemäßen Stressbewältigung
Entspannung, Ruhe, ein Ausgleich zu den alltäglichen Anforderungen und gleichzeitig eine gesunde Regeneration der körperlichen Verfassung entstehen durch das Praktizieren verschiedener Yogaübungen. Darüber hinaus macht Bewegung Freude und regt die Eigenaktivität an, die notwendig ist um persönliche Interessen und Ideen zu realisieren.
Die Kurse sind für Anfänger/innen und Geübte gleichermaßen geeignet. Inhalt ist das Kennenlernen und Praktizieren der Asana (Körperübungen des Yoga) basierend auf der „freien Atemschule".
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Decke oder Handtuch.

151-47810
Gabriele Schäfer-Bachteler
Do 30.07.15 10.30–12.00
Fr 31.07.15 10.30–12.00
Mo 03.08.15 10.30–12.00
Di 04.08.15 10.30–12.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 38.00

151-47820
Gabriele Schäfer-Bachteler
Mo 03.08.15 17.45–19.15
Di 04.08.15 17.45–19.15
Mi 05.08.15 17.45–19.15
Do 06.08.15 17.45–19.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 38.00

151-47825
Gabriele Schäfer-Bachteler
Mo 03.08.15 19.30–21.00
Di 04.08.15 19.30–21.00
Mi 05.08.15 19.30–21.00
Do 06.08.15 19.30–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 38.00

Yoga in den Sommerferien – Schnupperkurs
Yoga bietet ein umfangreiches Übungssystem zur Harmonisierung des Körper-, Geistes-, Gemüts- und Seelenzustandes. Körperliche Übungen (Asanas) stärken alle Körperfunktionen. Atemübungen trainieren das Atmungssystem und beruhigen den Geist. Ein ruhiger Geisteszustand ist die Grundlage für Konzentrations-, Vorstellungs-, und Meditationsübungen. Durch das konsequente Üben entsteht ein friedliches und glückliches Grundgefühl. Gelassenheit und Toleranz erweitern den inneren Horizont. Eigene Grenzen des Körpers, des Denkens, Fühlens und Wollens können erkannt und erweitert werden. Yoga ist der Weg zum eigenen Selbst. Der Kurs ist für Anfänger und Geübte geeignet.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Decke oder
Handtuch.

151-47830
Monika Messinger
Mo 13.07.15 19.00–20.30
Mo 20.07.15 19.00–20.30
Mo 27.07.15 19.00–20.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 26.00

151-47840
Monika Messinger
Mo 31.08.15 19.00–20.30
Mo 07.09.15 19.00–20.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 17.00

151-47850
Monika Messinger
Di 01.09.15 17.30–19.00
Di 08.09.15 17.30–19.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 17.00

Tanz und Rhythmus

Zumba für Frauen aus aller Welt
Ein dynamisches und effektives Fitness-Training mit lateinamerikansicher und internationaler Musik. Jede Frau kann hier mitmachen. Das Training stärkt das Selbstbewusstsein, Frau fühlt sich gut, hat Freude an der Bewegung, strafft den Körper, lernt neue Schritte und verbessert die allgemeine Fitness. Jeder Kurs ist wie eine Party! Kommen Sie mit, Sie brauchen nicht einmal wissen, wie man tanzt. Bewegen Sie einfach Ihren Körper, fühlen sich gut, haben tolle Zeit und erleben Sie die echte Latin-Feeling! Es ist ganz einfach, wir freuen uns auf Sie!
Bitte bequeme Kleidung und Hallen-Turnschuhe mitbringen.

151-10296
Andrea Villafane Carvajal
Mi 10.06.-15.07.15 jew. 09.00–10.00 Uhr
6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 28.00
Anmeldung erforderlich!

151-10298
Andrea Villafane Carvajal
Fr 12.06.-17.07.15 jew. 17.00–18.00 Uhr
6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 28.00
Anmeldung erforderlich!

Tanzabend im Rudolfs
Sie tanzen gerne Standard- und Lateintänze und möchten auch außerhalb des Übungssaals das Tanzbein schwingen?
Wir laden Sie herzlich zum festlichen Tanzabend im „Rudolfs" ein! Rumba, Cha-Cha, Jive, Langsamer Walzer, Wiener Walzer, Tango, Foxtrott, Disco-Fox – wir tanzen uns durch das gesamte Repertoire.
Unser DJ legt eine bunte Musikmischung aus aktuellen Hits und dem Besten der letzten Jahrzehnte auf. Die erfahrene Standard- und Lateindozentin Cornelia Kriegler steht Ihnen zudem für Fragen und einzelne Beratungen zur Verfügung. Die Küche des Rudolfs begleitet den Abend mit Getränken und kleinen Speisen. Let's dance!
Bei schönem Wetter kann auch auf der Terrasse getanzt werden.

151-30001
Cornelia Kriegler
Winfried Auer
Sa 11.07.15 19.30–23.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 7.00
Anmeldung erwünscht wegen begrenzter Teilnehmerzahl.
Einlass ab 19.00 Uhr

Forró de Domingo Festival
Vom 28.05.-31.05.15 dreht sich bereits zum achten Mal in Stuttgart alles um den brasilianischen Paartanz Forró. Das Festival ist das größte dieser Art in ganz Europa, denn Stuttgart ist Deutschlands Hochburg dieses in Brasilien meistgetanzten Paartanzes.
Mit über 14 in Brasilien und Europa wohnhaften brasilianischen Tanzlehrern werden ausreichend Gelegenheiten zum Erlernen verschiedener Forró-Stile und -Techniken geboten. Das Festival ist eine Kooperationsveranstaltung mit dem Verein Brasilianischer Kulturen e.V.

151-30040
Dozententeam
Do 28.05.-31.05.15, ganztägig
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
Anmeldung über den Kooperationspartner „Verein Brasilianischer Kulturen e.V. „ Mehr Infos zum Festival unter www.forrodedomingo.de

Freies Tanzen
Den Alltag hinter sich lassen und in Bewegung sein, sich von Kopf bis Fuß erleben, die Freude am Tanzen genießen, zu sich und zu anderen kommen beim Tanzen, inneren und äußeren Freiraum haben, Leichtigkeit und Kraft erleben, die heilsamen Aspekte des Tanzes erfahren.
Die Abende bieten Raum zum Freien Tanzen und Anregungen sein Bewegungsrepertoire zu erweitern. Tanzkenntnisse sind nicht notwendig, lediglich die Freude am Bewegen und Tanzen. Frauen und Männer jeden Alters sind herzlich willkommen!
Die Kursleiterin ist Tanztherapeutin cand. (DGT) und verfügt über Erfahrung im Zeitgenössischen Tanz, Modern Dance und Afrikanischem Tanz.

151-30134
Deborah Burrer
Do 25.06.–16.07.15 jew. 19.00–20.30, 4-mal
Stadtteil- und Familienzentrum Pfaffenäcker, Kaiserslautererstr. 14, 70499 Stuttgart
EUR 48.00

Tanztheater entdecken (Workshop 50+)
Stimme, Sprache, Körpersprache/Bewegung, bilden ein wunderbares Trio, welches wir täglich ganz selbstverständlich und intuitiv einsetzen. Dieser Workshop ist eine Einladung zum Spielen und Erkunden, ein Angebot, die vielfältigen Ausdrucksmöglichkeiten des menschlichen Körpers zu erfahren, sie als Individuum und als Teil einer Gruppe zu erleben. Unter der Leitung der erfahrenen Choreographin Barbara Cleff (www.barbara-cleff.de) entstehen Freiräume, Labore für einfache Bewegungen, Muster, Bilder und chorische Szenen, angeregt durch konkrete Aufgabenstellungen, in denen unterschiedliche Aspekte des Tanztheaters im Mittelpunkt stehen. Mit Leichtigkeit erwachsen hieraus vielfältige choreographische Formen, in denen alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer eigene Möglichkeiten entdecken und tänzerisch gestalten können.
Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Neue Teilnehmerinnen sind jederzeit willkommen.

151-30181
Barbara Cleff
Sa 27.06.15 10.00–16.00
So 28.06.15 10.00–16.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 92.00

Foxtrott und Co. – Standard und Lateintänze für Paare
Wollten Sie nicht schon immer Foxtrott, Tango und Rumba aufs Parkett bringen? Oder möchten Sie Walzer, auch den langsamen, ChaChaCha und Jive wieder entdecken, weil der letzte Tanzkurs bereits einige Jahre zurück liegt? Dann ist dieser auch musikalisch – Folk, Swing, Balkan-Beat, Latin, Tango, Rock & Pop – etwas andere Tanzkurs genau das Richtige für Sie! Sie werden erstaunt sein, wie tanzbar das weltweite musikalische Repertoire ist. Dürfen wir also bitten? ▸

151-30400
Johannes Labudde
Anna Sophia Labudde
Mi 13.05.–22.07.15 jew. 20.00–21.30, 9-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 102.00 pro Person
Die Anmeldung ist nur paarweise möglich. Für jede Person muss eine seperate Anmeldung vorgenommen werden. Die Gebühr gilt pro Person!

Salsa Paartanz
Für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen
Hier steigen alle ein, die neugierig auf Salsa geworden sind und nun endlich loslegen möchten. Schritt für Schritt werden die wichtigsten Grundlagen gelehrt. Dazu gehören Takt, Rhythmus, Grundschritte sowie einfache Drehungen. Ein Tanzpartner wäre wünschenswert, ist aber nicht Voraussetzung, um an dem Workshop teilzunehmen.
In diesem Kurs werden Sie von einem Kursleiterpaar unterrichtet. Bitte bequeme Kleidung und Turnschuhe mitbringen.

151-30422
Barbara Leonardi
Domenico Gentile
So 14.06.15 und So 21.06.15 jeweils 14.30–17.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 68.00 pro Person

Salsa solo – Ladies
In diesem Kurs lernen Sie Salsa zu tanzen, unabhängig von einem Tanzpartner:
Für die eigene Freude an diesem gefühlvollen Tanz oder auch als Training im Paartanz.
Die erlernten Schritte werden nach und nach durch Variationen vertieft und erweitert. Es entsteht ein tänzerischer Ablauf. Die Bewegungen können dabei harmonisch-weich, fließend, aber auch temperamentvoll sein. Der Workshop wird mit Bewegungen aus dem ChaChaCha, Reggaeton oder Rumba abgerundet. Für den Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich.
Bitte bequeme Kleidung und Turnschuhe mitbringen.

151-30424
Barbara Leonardi
So 14.06.15 11.00–14.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 17.00

Line Dance
...ist ein Tanzstil, der aus den USA kommt. Man tanzt nebeneinander in der Reihe zu Country-Musik sowie Pop- und Rock-Rhythmen. Die Choreografien sind schnell erlernt und fordern auf zum Mittanzen. Ein Tanzpartner wird nicht benötigt. Für den Fortgeschrittenen-Kurs sollten mindestens 3-4 Kurse bei der Kursleiterin belegt worden sein oder der/die Teilnehmer/in über entsprechende Vorkenntnisse, wie z.B. folgende Schritte verfügen: Step-Turn, Coaster-Step, Sailor-Step, Monterey Turn.
Bitte Hallenschuhe mit glatter Sohle und Getränk mitbringen. ▸

Schnupperworkshop
151-30501
Viviane Trick
So 14.06.15 14.15–16.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 10.00

Schnupperworkshop
151-30502
Viviane Trick
So 26.07.15 11.00–13.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 10.00

Für Einsteiger
151-30503
Viviane Trick
Fr 19.06.–31.07.15 jew. 17.45–18.45, 7-mal
Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart
EUR 39.00

Für Einsteiger
151-30504
Viviane Trick
Fr 19.06.–31.07.15 jew. 20.15–21.15, 7-mal
Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart
EUR 39.00

Für Fortgeschrittene
151-30505
Viviane Trick
Fr 19.06.–31.07.15 jew. 19.00–20.00, 7-mal
Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart
EUR 39.00

Line Dance – Verschmelzung von Musik und Bewegung
Line Dance wird heute nicht nur zu Country- und Western, sondern zu jeder Art von Musik getanzt. Von Walzer- bis Hip Hop gibt es unterschiedlichste Choreografien und für jeden Musikgeschmack ist etwas dabei. Frauen und Männer tanzen bei diesem Tanz in einer Reihe neben- und hintereinander her. Line Dance zeichnet sich besonders dadurch aus, dass kein Tanzpartner benötigt wird und richtig Spaß macht. Zudem wird der ganze Körper trainiert und der Kreislauf in Schwung gebracht. Der Kurs ist geeignet für Teilnehmer/innen, die über Grundkenntnisse im Line Dance verfügen (ein besuchter Kurs oder Rücksprache mit dem Fachbereich Tanz und Rhythmus).
Bitte keine Straßenschuhe und etwas zum Trinken mitbringen.

Fortsetzungskurs
151-30511
Brigitte Müller
Mi 10.06.–29.07.15 jew. 09.55–10.55, 8-mal
vhs-studio, Fritz-Elsas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart
EUR 46.00
Neue Tänzerinnen oder Tänzer können einsteigen, sofern es Plätze gibt.

Fortsetzungskurs
151-30513
Brigitte Müller
Do 11.06.–23.07.15 jew. 16.15–17.15, 7-mal
Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart
EUR 40.00
Neue Tänzerinnen oder Tänzer können einsteigen, sofern es Plätze gibt.

Schon gewusst...

Den Treffpunkt Zuffenhausen erreichen Sie aus der Innenstadt mit den öffentlichen Verkehrsmitteln in weniger als 10 Minuten.

Burlesque-Cabaret Dance – New Vintage Fusion Style

Durch Filme wie „Burlesque", „Moulin Rouge" und „Nine" ist Burlesque ein weltweiter Megatrend auf Showbühnen und in Tanzstudios. Zu modernem Blues, Elektro-Swing und Vintage-Fusion-Musik lernen die Teilnehmerinnen die Kunst der verspielten tänzerischen Präsentation. Dabei werden typische Burlesque-Kombis mit Catwalks und Hipmoves, Body-Accents, Posing und Staging unterrichtet und auf unterschiedliche Musikstile angewandt. Am Ende entsteht eine kleine Solo-Act-Choreografie. Geeignet für jedes Alter und jede Figur. Bitte körperbetonte Trainingskleidung, Federboa (ersatzweise Langschal) und Tanzschuhe mit Absatz (ersatzweise Schläppchen) mitbringen.

151-30577
Semira B. Karg
Sa 20.06.15 11.00–15.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 32.00

Israelische Tänze
Für Anfänger/innen

Durch die bewegte Geschichte des israelischen Volkes wurde der Volkstanz von zahlreichen Kulturen beeinflusst. Bis in die Gegenwart ist er in Israel sehr populär und weit verbreitet und als Ausdrucksform israelischer Lebensweisheiten ein wesentliches Element sozialer Aktivitäten. Es soll in einem Querschnitt durch verschiedene Paar-, Kreis- und Mixtänze versucht werden, den Charakter des israelischen Volkstanzes zu vermitteln. Bitte Hallenschuhe mitbringen.

151-30671
Susanne Grasse
Fr 12.06.–17.07.15 jew. 18.15–19.45, 6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 41.00

Hula – Hawaiianischer Tanz
Hula am Abend

Der Duft von exotischen Blüten und Palmen – ein nettes Lächeln, der warme Sand unter den Füßen und das sanfte Rauschen der Wellen des blauen Pazifiks ...
Wir träumen nicht nur vom fernen Hawaii, wir tanzen und schwingen unsere Hüften zu authentischen Choreografien und fröhlichen, romantischen Melodien von den schönen Inseln. Let's hula! Der Kurs ist geeignet für begeisterungsfähige Frauen, Männer, Anfänger und Fortgeschrittene jeden Alters.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.

151-30761
Nicole-Michèle Schüder
Di 07.07.–28.07.15 jew. 20.30–22.00, 4-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 34.00

Samba non pé

Samba no pé ist einer der meistgetanzten Solotänze Brasiliens. Man nennt ihn auch Samba de Manlandra. Samba no pé kann sehr schnell getanzt werden, wie man es am Carneval do Rio sehen kann, aber auch sehr langsam, diese Form nennt sich Samba de Roda. Sie lernen in diesem Kurs einen eleganten, feurigen Solotanz mit Geschichte. Fabricio da Conceicao hat an der renommierten Tanzschule JAIME AROXA in Rio de Janeiro studiert und unterrichtet.
Der Kurs erfordert keine Vorkenntnisse.

151-30786
Fabricio da Conceicao
Sa 16.05.15 13.00–15.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 26.00

Forró

Nicht Salsa, sondern Forró ist in Brasilien angesagt und gilt in Deutschland als kommender Trend unter den Latino-Rhythmen. Der Grundschritt ist so einfach, dass er auch in Badeschlappen getanzt werden könnte. Forró ist wie Tango, nur ohne dessen Schwermut. Er ist wunderschön anzusehen und vermittelt Leichtigkeit und Freude – ein Hauch brasilianischen Lebensgefühls. Der Kurs erfordert keine Vorkenntnisse.

151-30788
Fabricio da Conceicao
Sarah Schmidt
Sa 16.05.15 15.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 35.00

Klassischer orientalischer Tanz
Basic Workshop

In diesem Kurs lernen Sie den ausdrucksstarken, klassisch-ägyptischen Stil im Orientalischen Tanz kennen.
Die Tänzerin und Choreografin Medina ist türkisch/syrischer Herkunft und legt in ihren Kursen einen besonderen Schwerpunkt auf die gesundheitsförderlichen Aspekte des Orientalischen Tanz: Durch die Isolationsbewegungen des Körpers wird die Wirbelsäule entspannt und der Muskelaufbau gefördert. Zudem wird die Durchblutung des ganzen Körpers angeregt.
Gerade als positiver Gegenpol zum langen Sitzen im Büro ist dieser Kurs bestens geeignet. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte mitbringen: Figurnahe, bequeme Kleidung und ein Dreieckstuch für die Hüfte. ▶

151-30803
Medina Önder
Sa 13.06.15 14.00–17.00
So 14.06.15 11.00–14.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 39.00

Tribal Fusion – Workshop für Anfängerinnen

Tribal Fusion ist eine Mischung (Fusion) von klassischem orientalischen Tanz, Folklore (Tribal) und anderen Tanzarten wie Modern Dance, Flamenco, Burlesque, Breakdance oder Hip-Hop. Die Bewegungsabläufe, basierend auf dem orientalischen Tanz, sind sehr komplex. Die Musik ist inspiriert von Orient, Mittelalter, Jahrmarkt, Worldmusik, Trance- und elektronischer Musik.
Der Kurs ist für Anfänger/innen mit und ohne Vorkenntnisse geeignet.
Bitte mitbringen: Figurnahe, bequeme Kleidung und ein Dreieckstuch für die Hüfte.

151-30804
Medina Önder
Sa 20.06.15 13.00–16.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 19.50

Orientalischer Tanz für Anfängerinnen

Der orientalischer Tanz (Bauchtanz) ist ein sehr weiblicher, ursprünglicher Tanz. Die anmutigen, geschmeidigen und kraftvollen Bewegungen lockern Rücken- Beckenbodenbereich, kräftigen die Bauchmuskulatur und beeinflussen damit die Körperhaltung und wirken stimmugsaufhellend.
Tauchen Sie ein in den Zauber des Orients.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, ein/e auf der Hüfte sitzende/r Rock/Hose und Tücher zur Betonung der Hüftbewegungen.

151-30810
Tanja Stoll
Mo 15.06.–06.07.15 jew. 18.45–19.45, 4-mal
vhs-Zentrum Ost, Ostendstr. 110, 70188 Stuttgart
EUR 23.00

Orientalischer Tanz für Anfängerinnen mit und ohne Grundkenntnissen

Geschmeidigkeit gepaart mit schwungvollen Akzenten – das macht diesen orientalischen Tanz aus. Isolierte Bewegungen von Brustkorb und Becken bilden die Grundlage für die Bauchtanzfiguren die wir als Kombination verbinden. Somit ist der Bauchtanz ein Vehikel für Kraft, Lebendigkeit und Körperbewusstsein – ein Jungbrunnen für das Becken und die Wirbelsäule.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, ein/e auf der Hüfte sitzende/r Rock/Hose und Tücher zur Betonung der Hüftbewegungen.

151-30811
Tanja Stoll
Di 19.05.–21.07.15 jew. 18.00–19.00, 8-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 37.00

Afrikanischer Tanz mit Trommelbegleitung – Sommerworkshop
Afrikanische Tänze gehören zu den ausdrucksstärksten Tänzen überhaupt. Sie fordern das gesamte Körpergefühl und spiegeln immer Ereignisse oder Lebenssituationen des alltäglichen oder festlichen Lebens wider (z. B. Erntetanz, Kriegstanz, Festivaltanz). Im Unterricht werden die grundlegenden Bewegungstechniken und Bewegungsmuster des afrikanischen Tanzes vermittelt und die Bewegungsabläufe anhand traditioneller westafrikanischer Tänze eingeübt und geformt. Besonders lebendig und „afrikanisch" wird das Tanzen durch die Live-Begleitung der Trommel und den dazu gehörenden Liedern.

151-30851
Thomas Eyison
Mo 03.08.–07.08.15 jew. 18.30–19.45, 4-mal
Kurs nicht am Mi 05.08.15
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 26.00

Reggaeton
Reggaton-Summertime
Der berauschende Mix aus Latino-Rhythmen, Dancehall-Reggae und meist spanischem Rap ist die karibische Variante des HipHop.
Die tänzerischen Bewegungsmuster sind dabei einfach zu erlernen. Der Schwerpunkt liegt im Rhythmus und Körpergefühl – mal locker, kraftvoll, schnell oder sexy. Am Ende fügt sich alles zu einer Choreografie zusammen. Ganz nebenbei werden auch Koordination und Beweglichkeit trainiert.
Bitte bequeme Kleidung und Turnschuhe mitbringen.

151-30876
Barbara Leonardi
Mo 06.07.–20.07.15 jew. 19.00–20.00, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 18.00

Trommeln mit der Cajón
Das Spielen mit dem Cajón ist ein idealer Einstieg in die Welt der Rhythmik. Da die schlichte Sitztrommel klein, leicht zu transportieren und nicht zu teuer ist, wird sie in Rock, Pop, Latin, Blues, Hip Hop, Jazz und Folk immer häufiger als Schlagzeugersatz eingesetzt. In diesem Cajon-Workshop erproben wir spielerisch mit viel Spaß und Freude einfache Basic Grooves und nehmen uns Freiheit zum Experimentieren. Wenn eine eigene Cajón vorhanden, bitte mitbringen. Leih-Cajones werden gegen eine Gebühr von EUR 10,00 gestellt.
Bitte teilen Sie dem Dozenten spätestens 10 Tage vor Workshopbeginn mit, ob Sie eine Cajón benötigen (per E-Mail: rom957@aol.com oder SMS/telefonisch: 0177/2956950).
Martin Romero ist Mitglied diverser Formationen (Literomusica, Aire Latino, Beija Brasil) und musikalischer Berater beim Bau von professionellen Cajóns mit der Lebenshilfe Pforzheim. ▶

151-30906
Martin Romero
So 14.06.15 10.00–16.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 36.00

Afrikanisches Trommeln – Sommerworkshop
Eine Woche zum Kennenlernen grundlegender Anschlagstechniken und einfacher Rhythmen auf der kongaähnlichen Kpanlogo-Trommel aus Ghana. Instrumente können gegen eine Leihgebühr von EUR 8.00 im Kurs geliehen werden. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

151-30937
Thomas Eyison
Mo 03.08.–07.08.15 jew. 19.45–21.00, 4-mal
Kein Kurs am Mi 05.08.15
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 26.00

Gymnastik, Fitness, Selbstverteidigung

Let's Move! in der Mittagspause
Die Musik beginnt und dann geht's los: den Rhythmus spüren, Stress abschütteln und locker werden! Dabei werden Herz-Kreislaufsystem, Muskulatur, Koordination und Beweglichkeit trainiert. Eine kurze Entspannungs- und Dehnungsphase rundet die Stunde ab – und dann kann es mit neuem Schwung wieder an die Arbeit gehen!

151-48170
Marion Hinte
Mi 10.06.–22.07.15 jew. 12.15–13.15, 7-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 35.00
Kinderbetreuung ab 2 J. nach Absprache möglich.

Bodyfit
Ein abwechslungsreiches Übungsangebot für Rücken, Bauch, Beine und Po bringt Ihren Körper wieder in Schwung. Nach einem Entspannungsteil sind Sie wieder fit für den Alltag.

Bodyfit am Morgen
151-48235
Anne Albrecht
Fr 12.06.–10.07.15 jew. 08.45–09.30, 5-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 19.00

Bodyfit im Sommer
151-48236
Anne Albrecht
Do 23.07.–06.08.15 jew. 18.00–19.00, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 15.00

Bodyfit vor Semesterbeginn
151-48237
Anne Albrecht
Do 10.09.15 und Do 17.09.15 jeweils 18.00–19.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 10.00

Indian Balance® – der neue Trend für Geist und Körper
Indian Balance® basiert auf den ursprünglichen Bewegungsritualen der amerikanischen Indianer. Die Übungen und Bewegungsabläufe zeichnen sich durch eine besondere Harmonie und Eleganz aus. Kraftvollen Abläufen folgen weiche, sinnliche Bewegungen, die fließenden Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung bringen uns rasch in unser Gleichgewicht und vertiefen unsere körperliche und mentale Balance. Die Übungen wirken straffend, stärkend und präventiv für unseren Rücken, Bauch, Beine und Po und fördern die Geschmeidigkeit und Elastizität der Wirbelsäule. Sie sind intensiv, aber schonend für die Gelenke und leicht nachvollziehbar. Untermalt wird die Stunde mit indianischen Rhythmen und Klängen.
Für Indian Balance® benötigen Sie keine sportlichen Erfahrungen. Die Übungen können in jedem Alter durchgeführt werden, jedoch nicht bei Knie- und Hüftproblemen.

151-48272
Brigitte Müller
Mi 10.06.–29.07.15 jew. 09.00–09.45, 8-mal
vhs-studio, Fritz-Elsas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart
EUR 42.00

Wirbelsäulengymnastik
Beginnend mit der Wahrnehmung des eigenen Körpers bewegt sich die Wirbelsäule fließend und harmonisch aus der Rückenlage zum Sitz, Knien, in Bauch- und Seitlage – und zum Abschluss in den Stand. Sanfte Bewegungen – unterstützt von leiser Musik – mobilisieren den gesamten Körper, aktivieren und kräftigen nahezu alle Muskelgruppen und bringen innere Ruhe und Kraft.

151-48841
Ute Grentz
Mo 31.08.–14.09.15 jew. 16.00–17.00, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 15.00

Pilates für sehr weit Fortgeschrittene
Pilates – eine Trainingsmethode für jung und alt. Es werden die Muskeln geformt, die Tiefenmuskulatur trainiert, die Körperhaltung verbessert und der Stoffwechsel angeregt. Pilates ist ein ganzheitliches Training für Körper und Geist.

151-49201
Mascha Bassé
Do 16.07.–30.07.15 jew. 17.00–18.00, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 16.00
Dieser Kurs eignet sich nur für Fortgeschrittene. Anmeldungen nach Kursbeginn sind nur nach Rücksprache mit dem Fachbereich oder der Kursleiterin möglich.

Pilates & Kickboxen – Kombiworkshop
Nach einer Stunde Kraft- und Ausdauertraining, in der Aerobic mit Kickboxen kombiniert werden, wird mit Pilates auch die Tiefenmuskulatur angesprochen und trainiert.

151-49490
Anita Arnold
Sa 27.06.15 14.00–16.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 14.00

Flexi-Bar & Rücken
Durch den Einsatz des Flexi-Bars entsteht ein sinnvolles Training für die tiefliegende Muskulatur. Kraft- und Dehnübungen kräftigen Ihren Rücken und die Rumpfmuskulatur.

151-49761
Anne Albrecht
Do 23.07.–06.08.15 jew. 20.00–20.45, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 12.00

151-49762
Anne Albrecht
Do 10.09.15 und Do 17.09.15 jeweils 20.00–20.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 8.00

Placement
Placement (Platzierung) ist ein Bodentraining, das ursprünglich für Tänzer/innen entwickelt wurde. Es trainiert die Körperfunktionen im Sinne der Tanztechnik und zielt außerdem auf deren Harmonisierung und Ökonomisierung. Bewegungen aus dem Ballett, Jazz- und modernen Tanz werden hierzu auf den Boden übertragen, um so deren Technik ohne die zusätzliche Belastung von Stand und Fortbewegung wahrnehmen und üben zu können. Muskelkräftigung und -dehnung geschieht gleichzeitig und immer unter Berücksichtigung des ganzen Körpers.

151-49951
Ute Grentz
Mo 31.08.–14.09.15 jew. 18.00–19.00, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 15.00

Fitness Mix
Bewegungsmangel und einseitige Belastungen führen längerfristig dazu, dass Muskulatur ab-, der Fettansatz aufgebaut wird und das Kreislaufsystem allmählich seine Leistungsfähigkeit verliert. Alle Formen von Fitnesstraining wirken diesem Prozess entgegen. Geschult werden Beweglichkeit, Koordinationsfähigkeit, Kraft und Ausdauer. Je nach Stundenaufbau bilden Entspannungsübungen den Abschluss.

151-50016
Ute Grentz
Mo 31.08.–14.09.15 jew. 17.00–18.00, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 15.00

Mama Fitness – Baby an Bord (3–12 Monate)
Ein Kurs für Mütter, die die Rückbildungsgymnastik abgeschlossen haben und nun den Körper – speziell Bauch, Beine und Po – wieder straffen und kräftigen wollen. Zusätzlich wird Oberkörper- und Rückenmuskulatur trainiert und eine gute Körperhaltung im Umgang mit dem Baby eingeübt, um Verspannungen entgegenzuwirken. Es gibt Tipps, wie effektives Körpertraining unkompliziert in den Alltag mit Baby eingebaut werden kann. Dehnungs- und Entspannungsübungen runden das Programm ab. Babys dürfen im Kurs dabei sein, bei einigen Übungen auch mitmachen. Die Übungseinheiten sind so bemessen, dass zwischendurch bei Bedarf das Kind versorgt werden kann und trotzdem noch genügend Zeit zum Trainieren bleibt.

151-50930
Marion Hinte
Mi 10.06.–22.07.15 jew. 09.00–10.15, 7-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 45.00

Piloxing®
- Sommerkurs
Piloxing® ist ein forderndes Intervall-Training, welches Fett verbrennt, Muskeln aufbaut, das Herz-Kreislauf-System trainiert und effektiv den Körper formt und strafft. Die Elemente fördern die Beweglichkeit, Flexibilität und Ausdauer. Piloxing® verbindet die effektivsten Übungen aus Pilates, Tanzen und Boxen. Lernen Sie den neuesten Trend kennen.
Für den Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

151-51156
Tino Grießbach
Mo 06.07.–27.07.15 jew. 19.00–20.00, 4-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 24.00

Pilates – Ballett Workout
Ballett ist ein optimales Training für den ganzen Körper: Für schöne, schlanke Muskeln, ein verbessertes Balancegefühl und auch die Schulung von Koordination und Konzentration. Mit diesem Training kann man in jedem Alter beginnen. Pilates hingegen stärkt das Körperzentrum. In dem Kurs werden Schlüssel-Elemente aus dem klassischen Ballett- Training mit Pilatesübungen zu einem harmonischen Workout vereint. Die Übungen werden an der Stange, auf dem Boden oder im Stehen durchgeführt.
Für den Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

151-51524
Simone Galkowski
Sa 13.06.–11.07.15 jew. 17.30–19.00, 5-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 42.00

Latin Styles
In Latin Styles vereinen sich verschiedene Tänze wie Salsa, Chachacha, Reggaeton sowie Latino Aerobic. Für jeden Style werden die jeweiligen Grundelemente aufgebaut, ausprobiert, vertieft und getanzt. Dazwischen werden neben Auflockerungsübungen auch Bewegungen von Oberkörper und Hüfte trainiert.

151-51547
Barbara Leonardi
Sa 27.06.15 10.00–13.00
Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart
EUR 18.00

Step Aerobic für alle
In der ersten Stunde werden die Basics (Grundschritte, Vereinfachungen) erklärt, um danach mit Elan eine Choreografie aufzubauen.
Bitte mitbringen: Turnschuhe und Getränk.

151-51553
Anne Albrecht
Do 23.07.–06.08.15 jew. 19.00–20.00, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 15.00

151-51554
Anne Albrecht
Do 10.09.15 und Do 17.09.15 jeweils 19.00–20.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 10.00

Krav Maga Defcon – israelische Selbstverteidigung
Krav Maga ist das offizielle Programm der israelischen Polizeieinheiten. Es basiert auf natürlichen Reflexen, ist nicht trainingsaufwändig, überaus effektiv und innerhalb kürzester Zeit erlernbar. Es wurde entwickelt, um auch wenig trainierte Menschen rasch auf ein höchstes Maß in der Selbstverteidigung zu bringen – schließlich kann jede/r Opfer eines Angriffs werden. Kursinhalte sind Kommunikation und Körpersprache, taktisches Verhalten in Konfliktsituationen, Deeskalation, Rollentraining, Erkennen und Vermeiden potenziell gefährlicher Situationen, Verteidigung gegen alle erdenklichen Angriffe, Schlag- und Tritttraining, Verteidigung am Boden, Techniken in Notwehr oder Nothilfssituationen.
Das Training wird von einem Trainerteam durchgeführt.
Bitte mitbringen: Sportschuhe und Sportkleidung, Getränke, Handschuhe (z.B. Torwart-, Fleece-, oder Wollhandschuhe)

151-52020
Reinhardt Schuster
Sa 04.07.15 12.30–19.15
Sa 11.07.15 12.30–19.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 120.00 keine Ermäßigung möglich

Taekwondo für Anfänger/innen und Fortgeschrittene
Kräfte erneuern durch einen modernen, dynamischen und faszinierenden Sport. Die Ursprünge dieser koreanischen Kampfkunst reichen über 2000 Jahre zurück und wurden im Laufe der Zeit stetig weiter entwickelt. Durch zahlreiche Übungen schafft Taekwondo Ausgeglichenheit, Lebensfreude, Spaß und fördert die Gesundheit und das innere Fortkommen. Die Auseinandersetzung mit dem eigenen Ich und nicht das kämpferische Kräftemessen steht im Vordergrund. Es geht nicht nur um sportliche Fortschritte, sondern auch um das Erlernen von Geduld, Respekt vor dem Gegenüber, Erkennen der eigenen Schwächen und Stärken sowie Selbstdisziplin.
Außer bequemer Kleidung (T-Shirt, lange Sporthose, falls vorhanden Taekwondo-Anzug), Freude an Bewegung und Bereitschaft sich auf Neues einzulassen, müssen Sie nichts mitbringen. Taekwondo wird barfüßig ausgeübt.

151-52070
Iris Wenzel
Mo 31.08.–14.09.15 jew. 20.00–21.30, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 26.00

Stabfechten
„Den Stab zu führen heißt, sich selbst zu führen." Stabfechten ist eine auf europäischen Traditionen beruhende, leicht zu erlernende Kampf- und Bewegungskunst. Die Freude an der Verbindung unterschiedlicher Bewegungen steht im Vordergrund. Die Kombination aus Angriff und Verteidigung erweitert die Wahrnehmung der eigenen Stärken und Schwächen, sowie die der verschiedenen Fechtpartner/nnen. Achtsamkeit, Mut zu Entscheidungen und klare Stabführung zeichnen das Stabfechten aus. Jede/r Erwachsene ist willkommen. Der Kurs kann ohne Vorkenntnisse besucht werden.
Inhalt und Ziel des Workshops:
Zu Beginn machen wir uns mit dem Stab vertraut. Wir lernen ihn zu schwingen und zu werfen. Wir lernen jeweils drei Hiebe und deren Paraden. Diese bilden die erste Grundlage zur Ausführung der Fechtkunst. Diese Hiebe und Paraden werden wir kombinieren mit dem Ziel frei zu fechten.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Turnschuhe und ein Getränk.

151-52090
Lucia Glaser
So 05.07.15 10.00–13.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 20.00 keine Ermäßigung möglich

151-52095
Lucia Glaser
Sa 25.07.15 14.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 20.00 keine Ermäßigung möglich

Outdoor

Langbogenschießen für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren
Das Bogenschießen benötigt keinerlei Vorkenntnisse oder Sportlichkeit – probieren Sie es aus!
Der Initiativpark befindet sich in ruhiger, grüner Lage am Rande des Naturparks Schönbuch, direkt beim AWO-Waldheim. Der Kurs findet auch bei schlechtem Wetter statt (Ausnahme: Gewitter und Sturm).
Weitere Informationen erhalten Sie von: Susanne Exner, Tel.: 0711 – 8061996, susanne.exner@epizentrum-stuttgart.de
Veranstalter: Epizentrum Stuttgart e.V.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-52250Q
Initiativpark in Böblingen
Sa 20.06.15 10.00–14.00
Initiativpark in Böblingen Heuweg 4, 71032 Böblingen
EUR 55.00 keine Ermäßigung möglich
Kinder bitte nur mit Begleitperson anmelden

Kanutour
Eine Paddeltour mit dem Kanu ist mehr als Sport. Es ist Erholung, Faszination und Abenteuer zugleich.
Mit dem Boot kann man in zauberhafte, faszinierende Landschaften vordringen und sammelt dabei unvergessliche Eindrücke. Unter Anleitung und Bereitstellung der Bootsausrüstung (Kajaks und Kanadier) kann dabei jeder sicher, erlebnisreich und ökologisch verträglich die Ausprägungsformen des Kanu-Sports erleben, wobei weniger der sportliche Ehrgeiz, als vielmehr das Gemeinschafts- und Naturerlebnis im Vordergrund steht. Vorkenntnisse sind keine erforderlich. Nähere Auskünfte erhalten Sie beim Tourenleiter Oliver Brück: Tel. 0721 476 88 48, mobil: 0171 423 90 73, E-Mail: o.brueck@arcor.de
Die Teilnehmenden werden ca. 10 Tage vor dem Termin vom Tourenleiter über den Treffpunkt und Ablauf informiert.

Kanutour Enz: Vaihingen-Bietigheim
151-52300Q
Oliver Brück
So 14.06.15 10.00–16.00
EUR 47.00 keine Ermäßigung möglich
Anmeldeschluss: 2. Juni 2015

Kanutour Oberer Neckar: Sulz-Horb
151-52310Q
Oliver Brück
So 12.07.15 10.00–16.00
EUR 47.00 keine Ermäßigung möglich
Anmeldeschluss: 1.Juli 2015

Segeln kennenlernen „Tag am See"
Der Kurs richtet sich an Segelneugierige und Segelanfänger, die diesen Sport unverbindlich kennenlernen wollen.
Treffpunkt: Clubhaus der ASVS am Max-Eyth-See, Mühlhäuser Str. 303, 70378 Stuttgart, Tel. 0711 5302709
Termin: Samstag, 25. Juli 2015, 14-18 Uhr
(Bei schlechtem Wetter wird für den praktischen Teil ein Ersatztermin direkt mit dem Segelverein vereinbart)
Kursleiter und Veranstalter: Akademische Seglervereinigung Stuttgart e.V.
Kosten: 25.00 EUR
Teilnehmerkreis: 15 Personen ab 12 Jahren
Anmeldung nur über die volkshochschule stuttgart.
Weitere Fragen beantwortet Frau Schmied: sekretariat@asvs.de oder Tel. 0711-358 800 82 (Dienstag 14-16 Uhr und Donnerstag 10-12 Uhr).
Bitte mitbringen: Sportschuhe, wenn möglich mit heller Sohle und rutschfest, bequeme Kleidung. Je nach Wettersituation: Kopfbedeckung, Sonnenschutz, Sonnenbrille oder Regenjacke und Regenhose (Schwimmwesten werden gestellt).
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-52332Q
Akademische Seglervereinigung Stgt. ASVS e.V. Stuttgart
Sa 25.07.15 14.00–18.00
EUR 25.00 (keine Ermäßigung möglich)
Anmeldeschluss: 17. Juli 2015
Clubhaus der ASVS am Max-Eyth-See, Mühlhäuser Str. 303, 70378 Stuttgart

Felskletterkurs am Wiesfels in Reutlingen für Einsteiger/innen
Erwachsene und Jugendliche ab 13 Jahren
Treffpunkt: St. Johann, Gestütshof, Waldparkplatz
Bei Schlechtwetter gilt der verbindliche Ersatztermin am 06.06.2015. Aufgrund unvorhergesehener Ereignisse (Wetter), kann es zu Verzögerungen kommen (Kursbeginn/Ende).
Der Dozent Thomas Bührer meldet sich spätestens zwei Tage vor Kursbeginn telefonisch oder per Email bei den Teilnehmenden mit Infos zum Ablauf der Veranstaltung und zum genauen Treffpunkt bzw. zur Anfahrt und ob der Kurs wetterbedingt auf den Ersatztermin verschoben wird. Bitte bei der Anmeldung Ihre Telefonnummer (Festnetz und Handy), sowie unbedingt die E-Mailadresse angeben. Bitte prüfen Sie unbedingt Ihre Emails zwei Tage vor Beginn der Veranstaltung. Sollten Sie keine Email oder einen Telefonanruf bis zwei Tage vor Kursbeginn erhalten, dann melden Sie sich bitte telefonisch direkt beim Dozenten Tel. 07664 6137700.
Bitte mitbringen: Regenjacke, Rucksack mit Proviant, Sonnencreme, Kopfbedeckung, Turn- oder Wanderschuhe.
Die Kletterausrüstung wird zur Verfügung gestellt. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Tel. des Veranstalters 07664 6137700 (Kanu- & Rafting/Outdoorschule Black Forest Magic Freiburg & Bad Bellingen / Herr Thomas Bührer)
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-52360Q
Thomas Bührer
Sa 16.05.15 09.15–13.30
Treffpunkt: St. Johann, Gestütshof, Waldparkplatz
EUR 55.00 keine Ermäßigung möglich
Anmeldeschluss: Freitag 08.05.2015

BILDUNGSURLAUB IN DER STADT 06

Foto: Halpand/Clipdealer.de

Sommerakademie

Inklusive Grundschulen –
Ein Ratgeber für Eltern
„es ist normal, verschieden zu sein".
Viele Eltern sind vor der Schulwahl verunsichert: Was bedeutet inklusive Beschulung – welches sind deren Bedingungen u. Erfolgsfaktoren?
Einerseits gefällt uns der Gedanke, behinderte Kinder stärker zu integrieren, andererseits sind wir nicht sicher, ob gemeinsames Lernen unserem Kind wirklich gut tut. Welche Fragen können Ihnen bei dieser Abwägung helfen, die richtige Schule für Ihr Kind zu finden:
Wo in Stuttgart gibt es inklusive Grundschulen? Anmeldefristen? Wie viele Schüler/innen umfasst eine Schulklasse und wie viele Kinder mit Handicap lernen in einer Klasse? Wie viel Personal benötigt eine Klasse, um Kindern mit und ohne Behinderungen gleichermaßen weiterzuhelfen? Aufgrund welcher Konzepte wird unterrichtet, welche Konzepte gibt es? Gibt es individuelle Förderung?

151-07245
Petra Schmalenbach
Mi 01.07.15 17.45–20.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 18.00
Frau Petra Schmalenbach, Schulamtsdirektorin Fachbereich Sonderschulen gibt Ihnen an diesem Abend einen Überblick zu diesem Thema. Im Anschluss gibt es genügend Raum für Fragen.

Philosophie und Religion

Philosophie heute –
lebendig und kontrovers
Gibt es eine Religion ohne Gott?
Mit dieser Frage beschäftigt sich der amerikanische Philosoph Ronald Dworkin in seinen Einstein-Vorlesungen 2011 und in seinem neuesten Buch „Religion ohne Gott". Seine These, dass die grundlegenden menschlichen Werte, dass die Geschöpfe der Erde eine Würde haben, nicht den Glauben an einen Gott voraussetzen, lohnt die Prüfung und Diskussion. Seine Überlegungen reichen von der modernen Physik bis zur politischen Frage der Religionsfreiheit und erfassen damit zwei unser Leben bestimmende Kräfte: die Naturwissenschaften und die Verfassung unseres Gemeinwesens.

151-21060
Dr. Reinhard Nowak
Di 09.06.15 14.30–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 15.00 inkl. Kaffee und Tee
keine Ermäßigung möglich
Anmeldung erforderlich

Die Freundschaft mit Gott als
spiritueller Weg
Teresa von Avila
2015 wird der 500. Geburtstag von Terese von Avila gefeiert. Die große Mystikerin und Kirchenreformerin war keine weltfremde Heilige. Mit beiden Beinen im Leben stehend, ruft sie Gott zu den „Töpfen und der Pfannen" und fasziniert bis heute durch ihr literarisches Werk und ihre soziale Gestaltungskraft. Die Mitte von Teresas Glaubenserfahrung war die innige Nähe Gottes im Zentrum ihres Herzens. „Hätte ich damals in der gleichen Tiefe wie heute erkannt, dass in dem kleinen Palast meiner Seele ein so großer König wohnt, hätte ich ihn nicht so häufig alleingelassen".

151-22220
Jörg Seyfried
Mo 18.05.15 16.00–17.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 12.00 (inkl. Kaffee und Tee)
keine Ermäßigung möglich
Anmeldung erforderlich

Matthias Claudius
Seine Lyrik, sein Glaube, sein Leben
Vor 200 Jahren starb Matthias Claudius im Haus seiner Tochter am Jungfernstieg in Hamburg. Als „Wandsbeker Bote" wurde er bekannt, weil er es schaffte, einer neu gegründeten gleichnamigen Provinzzeitschrift literarisches Profil zu verleihen. Seine Texte, vorwiegend seine Lyrik, widmen sich gern den kleinen Begebenheiten des Alltags und betrachten sie mit lebenserfahrener Weisheit und mit Humor. Sein Freundeskreis, zu dem auch Lessing und Herder gehörten, macht überdies deutlich, dass er nicht nur hinter dem Ofen in Wandsbek träumte, sondern sich auch als kritischer Zeuge im Zeitalter der Aufklärung einen Namen machte.

151-22230
Jörg Seyfried
Mo 29.06.15 16.00–17.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 12.00 (inkl. Kaffee und Tee)
keine Ermäßigung möglich
Anmeldung erforderlich

Für Glauben und das Leben
„Der gute Witz zu rechten Zeit"
Ein Mann erschrickt im Gottesdienst als der Pfarrer über das Gebot „Du sollst nicht stehlen" redet. Beim Gebot „Du sollst nicht ehebrechen" entspannt sich der Mann wieder. Als ihm der Pfarrer auf sein sonderbares Verhalten anspricht, sagt er: „Beim Gebot über das Stehlen fiel mir auf, dass mein Schirm fehlt und beim Gebot über das Ehebrechen fiel mir ein, wo ich ihn stehen ließ". Der Humor nimmt die menschlichen Schwächen in einer oft liebevollen Art und Weise aufs Korn und der religiöse Witz befasst sich gern mit den Schwächen des Klerus. Mit vielen Witzen wird der Referent die Funktionen des Witzes darstellen und erläutern.

151-22240
Jörg Seyfried
Mo 06.07.15 16.00–17.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 12.00 (inkl. Kaffee und Tee)
keine Ermäßigung möglich
Anmeldung erforderlich

Von friedliebenden Mystikern und
Dschihad Kämpfern
In den Medien sehen wir die Krieger der IS, die für einen islamischen Gottesstaat kämpfen, die schwerster Menschenrechtsverletzungen beschuldigt werden. In den (Urlaubs-) Ländern- Tunesien, Ägypten, Türkei – begegnen wir gastfreundlichen Menschen, die von einem ganz tiefen Glauben erfüllt sind. Wir betrachten die verschiedenen Gesichter des Islams.

151-22250
Jörg Seyfried
Mo 27.07.15 16.00–17.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 12.00 (inkl. Kaffee und Tee)
keine Ermäßigung möglich
Anmeldung erforderlich

Geschichte

Kulturgeschichte
Große Fürstinnen
Herrscherinnen, Regentinnen, Kaiserinnen, Königinnen ... Diese Reihe stellt berühmte Frauen vor, die in der Geschichte ihre Spuren hinterließen. Im Herbstsemester 2015 finden Königin Luise von Preußen, Kaiserin Theresia von Österreich, Marie-Antoinette von Frankreich und Kaiserin „Sissi" an dieser Stelle Beachtung.

Kleopatra VII (69 v. Chr.–30 v. Chr.)
Das Liebesdrama von Antonius und Kleopatra, das Verhältnis der ägyptischen Königin zu Caesar sowie die mysteriösen Umstände ihres Todes beflügeln die Fantasie der Menschen seit der Antike und inspirieren seither zahlreiche bedeutende Schriftsteller, Komponisten, Maler und seit dem 20. Jahrhundert auch Filmproduzenten. Als letzter weiblicher Pharao (51 v. Chr. bis 30 v. Chr.) möchte Kleopatra ihr Reich konsolidieren und ausbauen, kann dieses Ziel zu jener Zeit aber nicht gegen die Weltmacht Rom durchsetzen. Sie gewinnt die beiden mächtigsten Römer ihrer Zeit, zuerst Gaius Iulius Caesar und nach dessen Ermordung Marcus Antonius, zu Geliebten.

151-03050
M.A. Martina Terp-Schunter
Mi 10.06.15 17.45–19.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 9.00 keine Ermäßigung möglich
Anmeldung erforderlich

Isabella I. von Spanien (1451–1504)
Nach der Überlieferung genießt sie eine ausgezeichnete Ausbildung und ist eine ausgezeichnete Reiterin. Körperlich von stämmiger Statur, mit rotblonden Haaren und schräg geschnittenen grünen Augen sucht sich Isabella I. für damalige Verhältnisse ungewöhnlich selbstbewusst ihren zukünftigen Ehemann Ferdinand II. selber aus. Unter Ihrer Herrschaft wird die Grundlage für ein gesamtspanisches Königreich gelegt und durch Christopher Kolumbus Entdeckung Amerikas unter Spanisch-Kastilischer Flagge die Grundlage für das spä-

tere spanische Kolonialreich geschaffen. Mit großer Brutalität führt sie ab 1478 die Inquisition vor allem gegen Juden und Muslime durch.

151-03051
Holger Starzmann
Mi 17.06.15 17.45–19.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 9.00 keine Ermäßigung möglich
Anmeldung erforderlich

Königin Christina von Schweden
Mit ihrem Votum trägt sie entscheidend dazu bei, dass im Jahre 1648 der 30jährige Krieg durch den Westfälischen Frieden beendet wird. Das facettenreiche Leben dieser außergewöhnlichen schwedischen Monarchin fasziniert die Nachwelt noch nach 300 Jahren. Sie macht den Stockholmer Hof zu einem Zentrum von Kultur und Wissenschaft. Auf dem Höhepunkt ihrer politischen Macht dankt sie ab, verzichtete 1654 zugunsten ihres Vetters, des Pfalzgrafen Karl Gustav von Zweibrücken auf den Thron und verlässt Schweden. Christina lässt sich in Rom als „Königin ohne Land" nieder und tritt zum katholischen Glauben über.

151-03052
Holger Starzmann
Mi 01.07.15 17.45–19.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 9.00 keine Ermäßigung möglich
Anmeldung erforderlich

Zarin Katharina die Große (1729-1796)
Fünfzehnjährig als Sophie Auguste Friederike von Anhalt-Zerbst wird sie 1744 nach Russland gerufen, um den Thronfolger Peter zu heiraten. Zielstrebig und ganz auf sich gestellt, als Autodidaktin und Ausländerin bringt Katharina es zur Alleinherrscherin eines der mächtigsten Staaten des 18. Jahrhunderts. Sie regiert als Finanz-, Wirtschafts-, Kriegs-, Innen- und Außenministerin, entwirft dazu eine in 22 Kapitel und 655 Paragrafen gegliederte „Große Instruktion", die Voltaire als „Evangelium für die gesamte Menschheit" preist. Sie schreibt satirische Artikel, Memoiren, Märchen, Gedichte, Komödien und Opernlibretti; und gibt ein vergleichendes Wörterbuch zahlreicher asiatischer, europäischer und amerikanischer Sprachen heraus. Wir erleben die Stationen dieser außergewöhnlichen Frau.

151-03053
Jutta Menzel-Püschel
Mi 15.07.15 17.45–19.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 9.00 keine Ermäßigung möglich
Anmeldung erforderlich

Kunst

Abendländische Malerei
Eine Einführung vor Originalen
Seminar
Die wichtigsten Gemälde, Künstler und Stil Epochen werden Ihnen anhand typischer Gemälde erklärt. Die kompositionelle und inhaltliche Darstellung des Kunstwerks werden uns aus dem Zeitgeist des jeweiligen Jahrhunderts näher gebracht. Auf Wunsch der Gruppe kann dieses Seminar in der Staatsgalerie im kommenden Frühjahrsemester weitergeführt werden.

151-23010
M.A. Veronika Adam
Mi 01.07., 08.07., 15.07., 22.07.15 jew. 11.00-12:45, 4-mal
EUR 32.00 (mittwochs kein Eintritt)
keine Ermäßigung möglich
Treffpunkt: Foyer Neue Staatsgalerie Konrad-Adenauer-Str. 28-32 70173 Stuttgart

Und ewig lockt das Weib: Haut und Haare und ihre Bedeutung in Kunst und Religion
für Frauen
Bereits in der Antike war langes, offen getragenes Kopfhaar bei Frauen mit sinnlicher Verführung verbunden, während sein Verlust bei Männern (wie etwa bei Simpson) auch mit dem von Lebensenergie einhergeht. Die Farben des Haares und die Tönung der Haut standen ebenso in engem Zusammenhang mit einer besonderen Sinnhaftigkeit: So galten Rothaarige bis zur Moderne als geheimnisvoll, undurchsichtig und gefährlich. Beispiele von Gemälden veranschaulichen Wandel und Konstanz vom Mittelalter bis zur Gegenwart.

151-18894
Sabine Lutzeier
Do 16.07.15 11.00–13.30
Treffpunkt: Foyer Neue Staatsgalerie
EUR 15.00 (zuzügl. Eintritt in das Museum)

„Höhere Wesen befehlen"
Künstler und der Kult um Unsterblichkeit
Wenn Paul Klee selbstbewusst äußerte ‚Ich bin Gott' und ‚Diesseitig bin ich gar nicht fassbar', so steht dies der Überzeugung des Gegenwartskünstlers Jeff Koons nahe: „I have my finger on the Eternal". Betrachtet werden die wichtigsten Entwicklungen und herausragenden Künstlerpersönlichkeiten (wie Dürer, Rembrandt, Kokoschka, Feuerbach, Beuys und Picasso), in deren Leben und Vorlieben sich Vorstellungen vom Schöpfer-Gott in ganz besonderer Weise verdichteten.

151-23050
M.A. Sabine Lutzeier
Di 16.06.–30.06.15 jew. 14.30–16.30, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 39.00 (inkl. Kaffee und Tee)
keine Ermäßigung möglich
Anmeldung erforderlich

Literatur

Hermann Hesse
„Bereit zu Aufbruch und Reise nach Indien" – Lesung mit Musik
Der Literaturnobelpreisträger Hermann Hesse, schaffte es auch außerhalb Deutschlands immer wieder, Jugendliche wie Erwachsene zu entflammen und zur Diskussion anzuregen.
Um Leben und Werk Hesses zu würdigen, bieten wir einen literarisch-musikalischen Abend an. Dabei werden Vortrag, Rezitation und Musik einander abwechseln und ergänzen.
Im Fokus steht seine „Indienreise".

151-24200
Rezitation: Dr. Waltraud Falardeau
Cembalo, Klavier: Gabriele Hermann
Flöte: Sabine Bartl
Do 21.05.15 18.30–20.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 8.00 keine Ermäßigung möglich

Die Reise der Helden
Was haben eigentlich Goethes „Wilhelm Meisters Lehrjare,, Thomas Manns „Bekenntnisse des Hochstaplers Felix Krull" oder Judith Schalanskys Roman „Der Hals der Giraffe" miteinander gemeinsam? Reisen wir mit den Helden in ihre verschiedenen Welten und Zeiten, die sich für unsere Protagonisten nicht immer leicht erschließen lassen. Beobachten wir sie bei ihren Versuchen sich selbst zu finden und zu verwirklichen. Im jüngsten Bildungsroman von Judith Schalansky beispielsweise ist der Schauplatz der schon älteren Heldin eine der irrwitzigsten Anstalten der Welt: die Schule. Hier werden aber auch die brennenden Themen der heutigen Zeit mit Eleganz und Leichtigkeit beschrieben: Überalterung, Klimawandel, Landflucht, das Versagen der Wissensgesellschaft.

151-24250
M.A. Elena Konson
So 17.05.15 11.00–13.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 9.00 (inkl. Kaffee, Tee und Hefezopf)
keine Ermäßigung möglich
Anmeldung erforderlich

Pablo Neruda (1904–1973)
Zwölf Tage nach dem gewaltsamen Tod Salvadors Allende starb sein Freund, der linke Lyriker Chiles Pablo Neruda, auf „Isla Negra" in seinem Haus am Meer. Drei Tage vor seinem Tod vollendete Neruda seine Erinnerungen und die heißen: „Ich bekenne/ ich habe gelebt", über die der argentinische Erzähler Julio Cortazar sagte: „Wer sie nicht liest, der ist verloren... Ähnlich wie jemand der nie einen Pfirsich gekostet hat". Seine Liebesgedichte und seine Zyklen „Canto General", „Odas Elementales" und sein Werk „Residencia en la Tierra" werden uns begleiten.

151-24260
Claus Huebner
So 05.07.15 11.00–13.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 9.00 (inkl. Kaffee, Tee und Hefezopf)
keine Ermäßigung möglich
Anmeldung erforderlich

„Die Dinge singen hör ich so gern…"
Ein poetischer Ausflug in die Welt von Rainer Maria Rilke
Hinter die „Dinge" Schauen, Lauschen, Staunen, und dann Verwandeln… Hinter der Oberfläche das Wesen erkennen, – und im eigenen Leben Wesen und Wesentliches entfalten -. Was anmutet wie ein Ratschlag aus einer unserer heutigen zahlreichen Lebenshilfe-Bröschüren, war tatsächlich der Weg des Dichters RM Rilke. Von Prag bis Worpswede, von Paris bis ins Chateau de Muzot – immer wieder zog es ihn hinaus bei der Suche, den eigenen Anspruch zu vollenden. Neue Orte bedeuteten neue Freunde, neue Lieben, neues Schaffen. Wir folgen seinen Lebensspuren zu Orten seiner Sehnsucht, seiner Verzweiflung, und den Menschen seines Herzens, ausgewählte Gedichte erschließen die Biografie wie Wegmarken. In Kooperation mit dem Treffpunkt 50plus im Rahmen des offenen Foyers

151-24270
Rezitation: Jutta Menzel-Püschel
Moderation: Dr. Karlheinz Bartel
Mo 13.07.15 10.00–12.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz; im Foyer treffpunkt 50plus, gebührenfrei

Politisches Forum

Allgemeine Überlegungen zur Sicherheit mit Erdgasversorgung in Deutschland und Europa
Die Erdgasversorgung in Europa kann seit über 50 Jahren störungsfrei gewährleistet werden. Dennoch wird die Diskussion über die Sicherheit dieser Versorgung oft und intensiv geführt. Vor allem vor dem Hintergrund aktueller Diskussionen zwischen Russland und der Ukraine werden die aktuelle Versorgungssituation analysiert und potenzielle künftige Entwicklungen aufgezeigt. Denn gerade vor dem Hintergrund der Energiewende kann Erdgas seine Bedeutung als Primärenergieträger nicht verlieren.

151-00530
Prof. Dr. Dr. Andrej M. Pustisek
Hochschule für Technik Stuttgart
Di 19.05.15 19.00–20.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
gebührenfrei

Digitale Ethik: Aufgaben und Anwendungen
In diesem Vortrag soll ein neueres Feld der Medienethik vorgestellt werden. Die Digitale Ethik behandelt Fragestellungen, die sich im Zuge des sehr umfassenden Einzugs digitaler Medien in fast sämtliche Lebensbereiche ergeben. Medien durchdringen zunehmend unseren Alltag. Zu den problematischen Aspekten dieser Mediatisierung zählen etwa verletzende Kommunikationsformen wie Cybermobbing, Trolling, Shitstorms oder sexuelle Belästigung; nicht erkennbare und getarnte Online-Werbung; unerwünschte Datensammlung und -verarbeitung; Überwachungs- und Kontrollmöglichkeiten; Urheberrechtsverletzungen; Propaganda- und Hassseiten im Internet und vieles mehr. Der Vortrag will einige dieser Probleme aufzeigen und Lösungsansätze aus medienethischer Sicht vorstellen und diskutieren.

151-00540
Prof. Dr. Oliver Zöllner
Hochschule der Medien Stuttgart
Institut für Digitale Ethik
Di 16.06.15 19.00–20.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
gebührenfrei

Vortrag und Diskussion: Bildung und Allgemeinbildung als Menschenrecht
Im Rahmen des Deutschen Evangelischen Kirchentags 2015 in Stuttgart, der unter dem Motto „damit wir klug werden" steht, wird Professor Dr. Josef Schrader die Zukunftsfrage der Allgemeinbildung näher beleuchten und auch auf die „Stuttgarter Erklärung zur Allgemeinbildung der Volkshochschulen" eingehen. Themen werden sein „Bildungsgerechtigkeit", „Lebenslanges Lernen als Recht und Pflicht" sowie „Wie klug sind wir? Was lernen wir dazu?"
In dem anschließenden von Dr. Wolfgang Niess moderierten Podiumsgespräch wird die Möglichkeit zur Diskussion eröffnet.

151-00730
Vortrag: Prof. Dr. Josef Schrader
Podiumsdiskussion mit Prof. Dr. Josef Schrader, Pfarrerin Monika Renninger und Dagmar Mikasch-Köthner
Moderation: Dr. Wolfgang Niess (SWR)
Do 04.06.15, 19.00–20.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
Eintritt frei

Europa nach der Wahl 2014 – Wo steht die Europäische Union heute?
Podiumsdiskussion und Gespräch
Viele Europäer wünschen sich ein starkes, wettbewerbsfähiges Europa und eine entschlossenere europäische Außenpolitik. Andere fordern die Rückverlagerung von Kompetenzen und die Stärkung der Nationalstaaten, ihrer Parlamente und Gerichte. Bei der letzten Europawahl im Mai 2014 haben rechtspopulistische und europa-skeptische Parteien mehr Zuspruch erfahren als jemals zuvor.
Hat sich die Arbeit des Europaparlaments in Straßburg bzw. in Brüssel dadurch verändert? Ist der politische Ton rauer geworden? Wie schlägt sich bislang die neue EU-Kommission? Welche Ziele verfolgt der Kommissionspräsident Jean-Claude Juncker? Wie sind seine Ideen für den Ausweg aus der Krise zu bewerten? Und was ist eigentlich aus der Idee Europa geworden, dem Zusammenschluss der Völker und Staaten Europas in Folge des zweiten Weltkrieges mit der Idee der Friedenssicherung?

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Landeszentrale für politische Bildung Baden- Württemberg statt.
Im Gespräch: Prof. Dr. Martin Grosse Hüttmann, Institut für Politikwissenschaft, Universität Tübingen und Dr. Knut Krohn, Journalist (Ressort Politik, Stuttgarter Zeitung), Moderation Dr. Martin Kilgus

151-04550K
Sa 13.06.15 18.00–20.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
gebührenfrei

Säkularismus – das Band, das Indien zusammenhält?
Vortrag
Der Begriff Säkularismus ist einer der wichtigsten Begriffe des politischen Diskurses in Indien. Er bezeichnet jenes Konzept, das die Gründungsväter der Republik schufen, um die multiethnische und multireligiöse Gesellschaft zusammenzuhalten und vor allem die religiösen Minderheiten zu schützen. Auf der anderen Seite ist es aber auch ein sehr umstrittenes Konzept und politische Akteure benutzen es, um sich selbst als säkular und die jeweils Anderen als anti-säkular oder pseudo-säkular darzustellen. Immer wieder wird hinterfragt, ob der indische Säkularismus das richtige Konzept zur Überwindung kommunalistischer Spannungen ist. Ist das Konzept unter Premierminister Modi nun endgültig am Ende? Der Vortrag beleuchtet den Begriff Säkularismus aus der Sicht unterschiedlicher politischer und religiöser Akteure.

151-04720
Fabian Falter
Di 12.05.15 18.00–19.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 8.00

Kommerz oder Kultur?
Der Aufstieg des Holi-Festivals und das deutsche Indienbild
Seit 2012 haben die „Holi-Festivals" die weltweite Party-Szene im Sturm erobert. Angepasst an lokale klimatische Bedingungen und die Bedürfnisse der Besucher werden die Strukturen herkömmlicher Musikfestivals mit der „exotischen" indischen Farbvielfalt kombiniert. Deutschland ist dabei ein Zentrum des neuen Trends: Die beiden größten Anbieter, Holi Concept GmbH (Berlin) und HOLI ONE World ltd. (Birmingham), richteten 2014 fast 60 Festivals aus. Schwappt ein Stück indische Kultur nach Europa oder sind die Festivals tatsächlich nur von Religion abgelöste Partyevents? Der Vortrag beleuchtet die kulturellen und religiösen Hintergründe des Fests, was sich davon bei den Holi-Festivals noch wiederfinden lässt und wie die Partys das deutsche Indienbild mitprägen.

151-04730
Fabian Falter
Mo 11.05.15 18.00–19.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 8.00 Karten an der Abendkasse erhältlich

Arm aber Weltmacht –
in welcher Form ist Entwicklungszusammenarbeit mit Indien noch zeitgemäß?
Vortrag
„Indien ist immer auch das Gegenteil" lautet ein berühmter Satz der ehemaligen indischen Ministerpräsidentin Indira Gandhi, der bis heute Gültigkeit hat.

Auf dem Weg zur wirtschaftlichen und politischen Weltmacht bleiben in dem Land am Ganges Millionen von Menschen auf der Strecke und fristen ihr Dasein unterhalb der Armutsgrenze. Hier versuchen neben dem indischen Staat selbst auch zahlreiche Nicht-Regierungsorganisationen, Staaten, internationale Organisationen und kirchliche Einrichtungen mit den Mitteln der Entwicklungszusammenarbeit Abhilfe zu schaffen. Es stellt sich die Frage, ob dies angesichts der wirtschaftlichen Erfolge des Landes noch angemessen ist. Gleichzeitig ist Indien ein unverzichtbarer Partner bei der Lösung globaler Probleme wie dem Klimaschutz. Welchen Beitrag kann Entwickungszusammenarbeit leisten, um hier zu gemeinsamen Problemlösungen zu gelangen? Dr. Tilman Altenburg ist Wirtschaftsgeograph und leitet die Forschungsabteilung „Nachhaltige Wirtschafts- und Sozialentwicklung" am Deutschen Institut für Entwicklungspolitik (DIE). Er ist Mitglied in der Deutsch-Indischen Expertengruppe für Umwelt.

Kooperation mit (SEZ) Stiftung Entwicklungs-Zusammenarbeit Baden-Württemberg

151-04760K
Tilman Altenburg
Mo 18.05.15 18.30–20.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
gebührenfrei

Stuttgarter Zeitung Direkt – vhs Pressecafé mit Rainer Klüting
Alternativen zu Google, Microsoft und Co.
Im Internet suchen heißt googeln. Zum Schreiben eines Briefs brauche ich Word. Was ich gut finde, like ich. Und natürlich arbeitet auf meinem PC im Hintergrund Windows. Was sonst? Wenige große Firmen und ihre Produkte sind zu Synonymen für Funktionen im Netz und auf dem PC geworden. Alle diese Firmen waren einst Pioniere. Das weltweite Vertrauen der Nutzer hat aus ihnen Quasi-Monopolisten gemacht, deren Produkte definieren, wie wir arbeiten. Muss uns das Unbehagen bereiten? Lohnt sich die Mühe, sich in Neues, Unvertrautes einzuarbeiten? Was gewinnen wir damit?

151-04840K
Mi 17.06.15 18.30–20.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
gebührenfrei

Stuttgarter Zeitung Direkt – vhs Pressecafé mit Alexander Mäder
Ist der Mensch noch in der Lage, den Klimawandel zu stoppen?
Ende November treffen sich in Paris Tausende von Delegierten zum entscheidenden UN-Klimagipfel: Hier soll ein globaler Vertrag zum Klimaschutz verabschiedet werden. Kann das funktionieren, wenn 194 Staaten zustimmen müssen? Schon einmal ist – im Dezember 2009 in Kopenhagen – ein Klimagipfel gescheitert, in den man große Hoffnungen gesetzt hatte. Damals hatten viele darauf vertraut, dass die Politik schon die richtigen Schlüsse aus der Klimaforschung ziehen werde. Doch die Diplomatie verlangt, dass Interessen ausgeglichen werden: Industriestaaten und Entwicklungsländer müssen sich einigen.

151-04850K
Mi 22.07.15 18.30–20.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
gebührenfrei

Interkultureller Dialog

Fiesta cubana! mit Son und Soneros
Konzert und kubanisches Essen
Der Son ist in Cuba und in der Karibik Synonym für Nachdenken über die täglichen Dinge, Sorgen aber auch Freude und Lebenslust. Die Musik Gruppe „Coral Latino" wird an diesem Abend alte Sons, kubanische Boleros sowie alte und neue bekannte Salsastücke spielen. Durch diese Rhythmen erfahren Sie sehr viel von der Vielfältigkeit der Musik der Insel. Für typische kubanischen Cocktails und leckere karibische Kleinigkeiten sorgt der kubanische Koch „Chicho", der uns mit seiner ansteckenden Herzlichkeit den ganzen Abend begleitet. Wir versprechen Ihnen einen karibischen Abend mit sehr vielen Informationen über diese wunderbare Insel sowie interessante Begegnungen. Und falls Sie schon in Kuba waren, holen Sie einfach ihre „Guayaberas" und Sombreros aus dem Schrank. Wir freuen uns auf Sie!

In Kooperation mit Cuba Cooperación e. V.

151-10275
Rodolfo Larrudé Iglesias
Sa 04.07.15 19.30–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 8.00 Karten sind an der Abendkasse erhältlich!

Internationaler Chor – Mitmachen – Mitsingen!
Chorgesang – Workshop mit internationalem Repertoire
Chorgesang ist eine der vollkommensten künstlerischen Aktivitäten, die Sie ausüben können, wenn Sie Spaß am Singen haben. Dort lernen sie Ihre individuellen musikalischen Erfahrungen zu entwickeln und sich gleichzeitig auf andere Stimmen einzulassen. Darüber hinaus lernen Sie im Internationalen Chor Menschen aus verschiedenen Kulturen kennen, die Musik ebenso wie Sie als wichtigen Teil ihres Lebens begreifen. Besondere musikalische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Der internationale Chor wird von Cecilia Fontaine und Matias Bocchio geleitet, zwei hochausgebildeten Sängern mit umfangreicher internationaler Chorerfahrung, die Ihnen ihre Kreativität und Lust zum Musizieren näherbringen wollen, nach dem Motto: die Stimme ist eine der reichsten Ausdruckskanäle, die eine Person besitzt.
In Kooperation mit dem Verein Freundschaftsbrücke e. V.

151-10285
Matias Bocchio
Mi 13.05., Mi 20.05., Mo 01.06., Mo 08.06., Mo 15.06., Mo 22.06., Mo 29.06., Mo 06.07., Mo 13.07., Mo 20.07., Mo 27.07., jeweils von 20.00–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 64.00
Anmeldung erforderlich!

Zumba für Frauen aus aller Welt
Ein dynamisches und effektives Fitness-Training mit lateinamerikansicher und internationaler Musik. Jede Frau kann hier mitmachen. Das Training stärkt das Selbstbewusstsein, Frau fühlt sich gut, hat Freude an der Bewegung, strafft den Körper, lernt neue Schritte und verbessert die allgemeine Fitness. Jeder Kurs ist wie eine Party! Kommen Sie mit, Sie brauchen nicht einmal wissen, wie man tanzt. Bewegen Sie einfach Ihren Körper, fühlen sich gut, haben tolle Zeit und erleben Sie die echte Latin-Feeling! Es ist ganz einfach, wir freuen uns auf Sie!
Bitte bequeme Kleidung und Hallen-Turnschuhe mitbringen.

151-10296
Andrea Villafane Carvajal
Mi 10.06.-15.07.15 jew. 09.00–10.00 Uhr
6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 28.00
Anmeldung erforderlich!

151-10298
Andrea Villafane Carvajal
Fr 12.06.-17.07.15 jew. 17.00–18.00 Uhr
6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 28.00
Anmeldung erforderlich!

Kubanische Küche
Die kubanische Küche, auch „Cocina Criolla" genannt, ist durch Einflüsse der spanischen, afrikanischen, karibischen und chinesischen Küche geprägt. Gemüse und Fleisch bekommen einen eigenen Geschmack, aber auch die raffinierte Gewürzmischung und spezielle Zubereitungsformen geben den Gerichten ihre besondere Note. Gebratenes Schweinefleisch „Hot Criolla", Reis mit schwarzen Bohnen (kubanische Spezialität) und gebratene Kochbananen werden mit Ihnen gemeinsam zubereitet. Dazu gibt es einen Ensalda mixta mit Zwiebeldressing.
Der Nachtisch ist eine kleine kubanische Überraschung.

In Kooperation mit Cuba Cooperación e.V.

151-10310
Rodolfo Larrudé Iglesias
Mo 27.07.15 17.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 27.00 inkl. EUR 7.00 Lebensmittelkosten
Anmeldung erforderlich!

Sizilien – Land der Sonne, Mythen und Kulturen
Sizilien, die größte Insel des Mittelmeeres, die über Jahrtausende von den verschiedensten Völkern erobert und beherrscht wurde, ist eine einzigartige kulturelle Fundgrube. Die Palette reicht von griechischen, römischen, arabischen und normannisch-staufischen Monumenten bis hin zu barocker und klassizistischer Baukunst. Mit Recht wird daher Sizilien als archäologisches Museum Eurpopas bezeichnet. Beeindruckend sind aber auch die einzigartigen landschaftlichen Reize dieser Insel, die man sonst in Europa kaum wieder findet: die bizzare Vulkanregion des Ätna, Zitronen-, Orangen- und Olivenhaine, üppig blühende mediterrane Vegetationen, feine Standstrände und malerische Meeresbuchten, alles eingerahmt vom tiefen Blau des Himmels. Der Vortrag lädt zum Träumen ein, weckt Erinnerungen an eigene Reisen und macht Lust die Insel selbst zu entdecken.

151-11051
Dieter Bleicher
Mo 04.05.15 19.30–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 8.00 Karten auch an der Abendkasse erhältlich

Korsika – Wilde Schönheit im Tyrrhenischen Meer
Die Insel wird auch als das Gebirge im Meer bezeichnet. Das Erscheinungsbild der drittgrößten Insel im westlichen Mittelmeer ist sehr gegensätzlich. Eine interessante Mischung aus hochalpinen Regionen mit schroffen Felsformationen und wilden Flusstälern und andererseits langen Sandstränden, einsamen Buchten, glasklarem Meerwasser und sanften Hügellandschaften machen den Reiz dieser Insel aus. Begünstigt durch das typische Mittelmeerklima mit heißen Sommern und milden Wintern an der Küste hat sich Korsika zu einem attraktiven Reiseziel gemausert. Geprägt durch viele Jahrhunderte der Fremdherrschaft durch Griechen, Italiener und Franzosen hat sich Korsika zu einem modernen, autonomen Inselstaat unter Frankreich entwickelt.

151-11053
Christiane Kummler
Fr 22.05.15 20.00–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 8.00 Karten auch an der Abendkasse erhältlich

Tessin
Gotthardpass – Bellinzona – Locarno – Ascona – Maggiatal – Bosco Gurin – Lugano – Morcote
Über den Gotthard führt die Reise ins sonnige Tessin, den italienischsprachigen Teil der Schweiz. Bellinzona, die Hauptstadt des Tessin hat eine schöne Altstadt und imposante Burgen. Im Süden liegen der Lago Maggiore und der Luganer See. Hier wird das Klima mediteran. An den Ufer der Seen liegen die Städte Locarno, Ascona und Lugano, umgeben von subtropischer Vegetation. In einem Seitental des Maggiatals liegt Bosco Gurin, die einzige deutschsprachige Exklave im Tessin. Hier wird noch ein mittelalterliches Deutsch gesprochen. Campione ist eine italienische Enklave – mit Casino – auf Schweizer Gebiet.

151-11060
Bernd Mantwill
Do 16.07.15 20.00–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 8.00 Karten auch an der Abendkasse erhältlich

Suerte – 11.000 Fahrradkilometer durch Südamerika
Ein Jahr mit dem Fahrrad durch den südamerikanischen Kontinent, 11.000 Kilometer abseits der befahrenen Routen, von den Traumstränden der kolumbianischen Karibikküste bis in die Einsamkeit am Ende der bewohnten Welt, bis Feuerland. In einem opulent bebilderten Vortrag nehme ich Sie mit auf meine abendteuerliche Reise: fesselnd und persönlich erzähle ich vom Leben in den abgelegenen Andendörfern Perus und im ecuadorianischen Dschungel, von der atemberaubenden Schönheit der bolivianischen Wüsten, vom harten Schotter der chilenischen Carretera Austral. In meinen Erlebnissen spielen auch die Begegnungen entlang des Weges immer eine große Rolle, die offene Herzlichkeit, mit der ich aufgenommen wurde, Menschen, die mir in ausweglosen Situationen weiterhalfen.

151-11152
Simon Kuttruff
Fr 12.06.15 19.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 8.00/EUR 0.00 Bonuscard Karten auch an der Abendkasse erhältlich

Neuseeland
Neuseeland bezeichnet sich gerne als das „schönste Ende der Welt."
Zu Recht: Auf der Größe von Westdeutschland bietet das Land die Vielfalt eines ganzen Kontinents. Insbesondere Erstbesucher haben die Qual der Wahl: Aktive Vulkane und herrliche Südseestrände, Wandern im subtropischen Regenwald oder das Beobachten einheimischer Vögel wie Kiwi und Kea. Zahlreiche Action-Sportarten locken ebenfalls. Dieser Abend stellt Neuseeland multimedial und sehr unterhaltsam vor – mit vielen Verweisen auf wertvolle Informationsquellen im Internet und darüber hinaus.
Der Referent ist seit 1989 von Neuseeland begeistert und beschäftigt sich seitdem fast täglich mit „Kiwi-Country". Topaktuelle Informationen sind also garantiert.

151-11354
Jörg-Matthias Lenz
Mo 08.06.15 20.00–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 8.00 Karten auch an der Abendkasse erhältlich

Sprachen

Arabisch

Arabisch, Intensiv I (A1)
Dieser Kurs ist für Teilnehmer/innen geeignet, die in einem zügigen Lerntempo schnell vorankommen wollen. Der Kurs findet zweimal wöchentlich statt.

151-63428
Nariman Shehab
Mo 29.06.15 jew. 17.45–21.00, 3-mal
Do 02.07.15 jew. 17.45–21.00, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 102.00 reduzierte Teilnehmerzahl
Nach eigenen Unterlagen der Kursleiterin.

Chinesisch

Chinesisch, Grundstufe I – kompakt

151-63950
Aihua Gerlinger
Mo-Fr 13.07.-17.07.15 jew. 18.30–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 113.00 Kleingruppe
ab Lektion 1, Lehrbuch: Dong bu dong?, Klett Verlag, Schülerbuch 1 und 2, ISBN 978-3-12-523212-9

Englisch

Brush up your English – für Frauen
Im Kurs werden englische Sprachkenntnisse aufgefrischt und vertieft.
- Wiederholung zentraler grammatischer Strukturen: Tenses, adverb-adjective, active-passive, if-clauses, direct-indirect speech, participles-the gerund, definite article, false friends ...
- Wortschatzarbeit: Wortschatz für literarische und landeskundliche Texte: literary terms, women in society, relationships, background USA + GB ...
- Sprachgebrauch: Everyday English, style matters, speaking skills: discussion, report, presentation, making conversation ...

Aufwand außerhalb des Kurses:
Lernen der neuen Vokabeln
Voraussetzungen:
Sie sollten über einige Jahre Englischunterricht verfügen.

151-18891
Susanne Aichem
Do 21.05.–09.07.15 jew. 13.00–14.30, 5-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 48.00

Englisch, Summer Camp für Jugendliche (13–15-jährig)
Ihr habt schon Grundkenntnisse in Englisch und wollt entspannt aber effektiv Eure Englischkenntnisse verbessern. Hier erwartet Euch: Poetry slam, Hip Hop, Song writing... Und zwischendurch Sprachübungen zu ausgewählten Bereichen aus Grammatik oder Wortschatz. Das Motto lautet: English only! Es gibt jeweils eine Stunde Mittagspause. (Lunchpaket nicht vergessen)

151-64370
Nelson Penaherrera
Mo-Do 07.09.-10.09.15 jew. 10.00–16.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 130.00/EUR 104.00 mit Bonuscard Kind reduzierte Teilnehmerzahl

Englisch, Wiedereinsteiger – intensiv (A2)

151-64560
Di und Do 23.06.–16.07.15
jeweils 18.00–21.00, 8-mal
Treffpunkt Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart
EUR 136.00 reduzierte Teilnehmerzahl
ab Unit 1, Lehrbuch: A New Start – Refresher A2, New Edition, Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-464-20034-6

Englisch, Wiedereinsteiger – intensiv (B1)

151-64612
Di und Do 09.06.–09.07.15
jeweils 18.30–21.30, 10-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 130.00
Lehrbuch: A New Start – Refresher B1, New Edition, Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-464-20232-6, ab Unit 1

Englisch, Vorbereitung auf die Fachhochschulreife/Berufskolleg (B2)
Gezielte Vorbereitung auf die Fachhochschulreife nach dem neuen Prüfungsformat (Materialgestützter Aufsatz). Wenn Sie noch mehr über den Kurs wissen möchten, dürfen Sie gerne die Kursleiterin anrufen, Tel. 0711/565363.

151-64825
Edwina Heilmann
Fr 15.05.15 17.00–20.00
Sa 16.05.15 10.30–14.00
Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13, 70372 Stuttgart
EUR 51.00/EUR 41.00 mit Bonuscard Kind Kleingruppe

Preparing for TOEFL

151-64906
Robert James Kuehl
Di 16.06.–14.07.15 jew. 18.30–21.30, 5-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 125.00 Kleingruppe

English Business Communication (B1/B2)
Your level of English is good, but you would like to feel more comfortable when communicating at work? – This course provides easy-to-apply tools and practice for your everyday business situations. We'll be dealing with telephoning, meetings, presentations, and negotiations while keeping an eye on cultural differences around the world.

151-65258
Kat Wehrheim
Sa 18.07.15 09.00–16.45
So 19.07.15 09.00–16.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 111.00 inkl. Kursunterlagen
Kleingruppe
ESF-Fachkursförderung möglich

International Business Communication Skills (C1)
A practical in-depth approach aimed at developing business communication skills in the 3 key areas of presentations, meetings and negotiations. This course takes you through the necessary structure, language and intercultural understanding while offering you the chance to test your skills in mock „real life" situations.

151-65260
Kat Wehrheim
Mo-Mi 13.07.–15.07.15 jew. 18.30–21.30
Mo-Mi 20.07.–22.07.15 jew. 18.30–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 158.00 inkl. Kursunterlagen
Kleingruppe
ESF-Fachkursförderung möglich

Die Wiedereinsteigekurse sind für Teilnehmer/innen gedacht, die vor einigen Jahren Englisch in der Schule (Mittlere Reife) gelernt haben, und die nun die verschütteten Schulkenntnisse von Grund auf in raschen Lernschritten auffrischen, ergänzen oder vertiefen wollen. Sie beginnen mit sehr stark verschütteten Englischkenntnissen und vollenden mit Abschluss des Buches das A2-Niveau (Hauptschulabschluss).
Lehrbuch: A New Start – Refresher A2, New Edition, Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-464-20034-6

Englisch, Wiedereinsteiger (A2), Teil 1

151-65340
Hans-Georg Bräuner
Mo-Do 13.07.–16.07.15 jew. 18.30–21.30
Mo-Do 20.07.–23.07.15 jew. 18.30–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 136.00 reduzierte Teilnehmerzahl

Englisch, Wiedereinsteiger (A2), Teil 2

151-65345
Hans-Georg Bräuner
Mo-Do 31.08.–03.09.15 jew. 18.30–21.30
Mo-Do 07.09.–10.09.15 jew. 18.30–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 136.00 reduzierte Teilnehmerzahl

Die Wiedereinsteigerkurse sind für Teilnehmer/innen gedacht, die vor einigen Jahren Englisch in der Schule (Mittlere Reife) gelernt haben, und die nun die verschütteten Schulkenntnisse von Grund auf in raschen Lernschritten auffrischen, ergänzen oder vertiefen wollen.
Sie beginnen mit Kenntnissen unterhalb der Grundstufe VI und vollenden mit Abschluss des Buches das B1-Niveau (in etwa Mittlere Reife).
Lehrbuch: A New Start – Refresher B1, New Edition, Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-464-20232-6

Englisch, Wiedereinsteiger (B1), Teil 1

151-65350
Edwina Heilmann
Mo–Do 13.07.–16.07.15 jew. 18.30–21.30
Mo–Do 20.07.–23.07.15 jew. 18.30–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 136.00 reduzierte Teilnehmerzahl

Englisch, Wiedereinsteiger (B1), Teil 2

151-65355
Edwina Heilmann
Mo–Do 31.08.–03.09.15 jew. 18.30–21.30
Mo–Do 07.09.–10.09.15 jew. 18.30–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 136.00 reduzierte Teilnehmerzahl

Englisch, Orientierungsangebot
5. Klasse Gymnasium (A1)
Für Eltern und Kinder: Wie finde ich heraus, richtig zu lernen? Auf was kommt es an? Welche Inhalte werden in Englisch behandelt? Schwierigkeiten im Fach Englisch beim Übergang von der Grundschule auf weiterführende Schulen.

151-65365
Natalie Jäger
Di 08.09.15 und Mi 09.09.15 jeweils 17.00–18.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 22.00/EUR 17.60 mit Bonuscard Kind Kleingruppe

Englisch, Brush up your English (B2) with Cambridge FCE preparation
Summertime, and the living is easy... I now have time to do an English course! Spend two weeks brushing up your B2 level language skills with other like-minded people. The course includes Cambridge FCE style tasks for those who would like to follow the course with an internationally-recognised language exam.
Lehrbuch: wird beim 1. Termin bekannt gegeben.

151-65400
Mo-Fr 31.08.-04.09.15 jew. 18.30–21.30
Mo-Fr 07.09.-11.09.15 jew. 18.30–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 240.00 Kleingruppe

Englisch, Englisch, Bridging the Gap to CAE (C1)
You've passed FCE or have a similar standard and are planning to work towards the CAE, or you wish to improve your English at a high level.
This course can be joined at the start of any semester. It either ,,bridges the gap" to an intensive course or you can stay in it as long as it takes to reach CAE level (about 4 semesters). It will widen your horizons, is lots of fun and, who knows, perhaps you'll get infected with the ,,exam bug" too!
Lehrbuch: Ready for Advanced, Coursebook with key, 3rd Edition, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-172927-1

151-65405
Kat Wehrheim
Mo–Fr 31.08.–04.09.15 jew. 18.30–21.30
Mo–Fr 07.09.–11.09.15 jew. 18.30–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 250.00 Kleingruppe

Englisch, The icing on the cake – advanced conversation from level C1
Join us for eight evenings of advanced level summer conversation, with a bit of vocabulary, grammar and idiom thrown in.
We'll be discussing newspaper articles, short literary texts, and occasionally an audio file from an English or American radio station.
If you enjoy traditional summer food, there will be an opportunity to make – and eat! – a summer berry trifle on the last evening.

151-65430
Kat Wehrheim
Mo–Do 27.07.–30.07.15 jew. 18.30–21.30
Mo–Do 03.08.–06.08.15 jew. 18.30–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 185.00 Kleingruppe

Französisch

Französisch mit Flusion (A1)
Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse
Fließend Französisch lernen mit der Methode «Flusion»! Die innovative Methode ist visuell, konkret und lebendig. Sie erlaubt ein sofortiges Verstehen, Sprechen, Lesen und Schreiben ohne Übersetzung dank intensivem Training im Unterricht, das auf dem gleichen Prinzip von Assoziation und Intuition basiert wie das Erlernen der Muttersprache. Das Lehrwerk wird am ersten Kurstag ausgegeben. Bitte bei der Anmeldung angeben, ob ein eigenes Lehrwerk vorhanden ist.

151-69210
Barbara Steinbrunn
Mo 13.07. und 20.07.15
Mi 15.07. und 22.07.15
Fr 17.07. und 24.07.15
jew. 17.45–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 141.00 inkl. Lehrwerk
Kurs mit red. Teilnehmerzahl
ab Lektion 1, Flusion 1 Bilder, inkl. 2 CD (Verlag Flusion) werden am 1. Kurstag gestellt.

Französisch, Wiederholung und Auffrischung (A1)
In diesem Kurs werden wir Dialoge führen, grammatikalische Themen auffrischen und vertiefen. Haben Sie Spaß, Ihre Französischkenntnisse wieder zu beleben, dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig.

151-70400
Do 11.06.–16.07.15 jew. 18.00–21.00, 6-mal
Wirtschaftsgymnasium West, Rotebühlstr. 101, 70178 Stuttgart
EUR 103.00
ab Lektion 1, Lehrbuch: Intermezzo, Max Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-109600-7

Französisch, Kompaktwoche für Wiedereinsteiger (A2)
Wiederholung von wichtigen Grammatikthemen: Verben, Adjektive und Pronomen. Der Schwerpunkt wird auf der mündlichen Kommunikationsfähigkeit liegen.

151-70410
Liana Demange
Mo–Fr 07.09.-11.09.2015
jew. 17.45–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 86.00
Lehrwerk: Rebonjour A2, Max Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-003373-7, ab Lektion 1

Französisch, Konversation (B2)
Rafraîchissons nos connaissances de la langue française !!! Programme à la carte !
Avec de la grammaire, de la lecture, des chansons, des jeux interactifs, l'important, c'est de s'amuser en parlant français!

151-70420
Omar Mohamed Mosati
Mo 13.07. und 20.07.15
Di 14.07. und 21.07.15
Do 16.07. und 23.07.15
jew. 17.45–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 107.00 inkl. Kursunterlagen

Griechisch

Griechisch, Sommer last minute!
Lernen Sie, noch bevor Sie in den Urlaub gehen, wichtige Redewendungen.
Sie erhalten Tipps und Informationen für einen schönen Aufenthalt in Griechenland.

151-70700
Zoi Georgali
Do 11.06.–16.07.15 jew. 17.45–21.00, 6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 107.00 inkl. Kursunterlagen

Griechisch, Grundstufe II – Intensiv (A1)

151-70725
Sergios Georgas
Di 16.06.–21.07.15 jew. 18.00–21.00, 6-mal
Wirtschaftsgymnasium West, Rotebühlstr. 101, 70178 Stuttgart
EUR 103.00
ab Lektion 4/5, Pame! A1, Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-005404-6, Kursbuch
ISBN 978-3-19-025404-0, Arbeitsbuch

Italienisch

Italienisch für den Urlaub (A1)
Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse
Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die Italienischkenntnisse insbesondere für Reise und Urlaub erwerben möchten. Im Vordergrund steht entspanntes Einüben von Sprechfertigkeiten in Alltagssituationen und landeskundliches Wissen.

151-71900
Cristina Pisano
Mo 13.07. und 20.07.2015
Di 14.07. und 21.07.2015
Mi 15.07. und 22.07.2015
jew.17.45–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 103.00
Italienisch für den Urlaub, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-525315-5

Italienisch, Kompaktwoche für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse (A1)
Der Kurs umfasst den Stoff von ca. einem Semester

151-71905
Cinzia Pantalone
Mo 07.09. und 14.09.2015
Di 08.09. und 15.09.2015
Mi 09.09. und 16.09.2015
jew. 17.45–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 103.00
ab Lektion 1, Con piacere A1, Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-525180-9

Italienisch, Kompaktkurs II (A1)

151-71960
Dr. Giuseppina Colicci
Thomas Wick
Fr 12.06. und 26.06.2015
jew. 17.45–21.00
Sa 13.06. und 27.06.2015
So 14.06. und 28.06.2015
jew. 10.00–13.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 103.00
ab Lektion 4, Lehrbuch: Con piacere A1, Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-525180-9

Italienisch, Tiramisù con fragole (A1/B1)
„Zieh mich hoch“, das ist die Bedeutung von Tiramisu: Wir zeigen Ihnen, wie man ein echtes Tiramisu komponiert. Unter Anleitung stellen Sie eigenes Tiramisu her und genießen es gemeinsam im Anschluss. Wir „ziehen Sie“ aus dem Alltag und hinein in das dolce vita Italiens!

151-72860
Cinzia Pantalone
Mo 13.07.15 19.30–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 15.00 inkl. Lebensmittel

Italienisch, Auffrischung im Sommer (A2)
Si parte per l'Italia!
Conversiamo sul tempo libero, sulla gastronomia e sugli acquisti. Si ripetono, se nescessario, strutture grammaticali.

151-72870
Sandra Masin
Mo 06.07. und 13.07.2015
Di 07.07. und 14.07.2015
Do 09.07. und 16.07.2015
jew. 17.45–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 103.00
A voi la parola!, Klett–Verlag ISBN 978-3-12-525574-6

Italienisch, Parlando d'estate... (B1-B2)
Se avete voglia di esprimervi liberamente in italiano e di rinfrescare in poco tempo le vostre conoscenze linguistiche allora unitevi a noi. Insieme discuteremo su diversi aspetti della vita e ripasseremo inoltre una serie di argomenti grammaticali.

151-72880
Gianni Notaro
Mo 20.07. und 27.07.2015
Di 21.07. und 28.07.2015
Mi 22.07. und 29.07.2015
jew. 17.45–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 107.00 inkl. Kursunterlagen

Japanisch

Japanisch, Grundstufe I – kompakt

151-73050
Toshiko Arai-Sixt
Di–Sa 26.05.-30.05.15 jew. 18.30–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 113.00 Kleingruppe
ab Lektion 1, Minna no Nihongo, Band 1, Lehrbuch, ISBN 978-3-8359-4030-7 und dazu Minna no Nihongo, Band 1, Übersetzungen und grammatikalische Erklärungen, ISBN 978-8359-4031-4

Kroatisch

Kroatisch für den Urlaub (A1)

151-73710
Mirjana Jonke
Di 23.06.–28.07.15 jew. 17.45–21.00, 6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 102.00 reduzierte Teilnehmerzahl
ab Lektion 1, Lehrbuch: Kroatisch für den Urlaub, Klett-Verlag, ISBN 3-12-528955-0

Latein

Latein, Repetitorium für Latinums-Prüfung
Dieser Kurs wiederholt rechtzeitig zu den anstehenden Latinumsprüfungen systematisch die wichtigsten Kapitel der lateinischen Grammatik und behandelt die Besonderheiten in Ciceros Syntax und Vokabular. Es wird ausschließlich an und mit Originaltexten geübt, die dem Schwierigkeitsgrad schriftlichen und mündlichen Prüfungen des Latinums entsprechen.

151-74010
Manfred Birk
Fr 11.09.2015 17.45–21.00
Sa 12.09. und So 13.09.2015
jew. 10.00–13.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 69.00 inkl. Kursunterlagen
Kleingruppe

Norwegisch

Norwegisch für den Urlaub (A1)
In diesem Kurs wird Ihnen auf abwechslungsreiche und lebendige Weise die norwegische Sprache vermittelt, sowie ein Einblick über Land und Leute, norwegische Kultur und Mentalität.

151-74345
Nadja Strand
Do 25.06.–29.07.15 jew. 18.30–20.45, 6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 99.00 Kleingruppe
Lehrbuch: Norsk for deg, Klett Verlag, ISBN 978-3-12-528920-8

Polnisch

Polnisch für den Urlaub (A1)

151-74510
Agnieszka Celarska
Di 09.06.–28.07.15 jew. 18.00–19.30, 8-mal
Königin-Katharina-Stift, Schillerstr. 5, 70173 Stuttgart
EUR 75.00 reduzierte Teilnehmerzahl
Nach eigenen Unterlagen der Kursleiterin.

Portugiesisch

Portugiesisch, Konversation (A2)

151-74730
Di 12.05.–14.07.15 jew. 18.00–19.30, 8-mal
Wirtschaftsgymnasium West, Rotebühlstr. 101, 70178 Stuttgart
EUR 92.00

Portugiesisch, Kultur und Sprache vor dem Urlaub (A1)
Lernen Sie die Sprache und erleben Sie die Kultur mit Fado. Fado ist ein Gesang in Portugal, der unter den Einheimischen gesungen wird.

151-74770
Fátima Isabel Tenente Loureiro
Do 02.07.–23.07.15 jew. 18.00–19.30, 4-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 48.00 inkl. Kursunterlagen
Kleingruppe

Portugiesisch für den Urlaub
Lernen Sie, noch bevor Sie in Urlaub gehen, wichtige Redewendungen und grundlegenden Wortschatz für Ihren Aufenthalt in Portugal.

151-74780
Mo 15.06.–20.07.15 jew. 17.45–20.00, 6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 103.00 inkl. Kursunterlagen
Kleingruppe

Schwedisch

Schwedisch für den Urlaub (A1)
Lernen Sie, noch bevor sie in Urlaub gehen, wichtige Redewendungen und grundlegenden Wortschatz für Ihren Aufenthalt in Schweden.

151-75635
Mo 15.06.–20.07.15 jew. 19.30–21.00, 6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 103.00 inkl. Kursunterlagen
Kleingruppe

Spanisch

Spanisch, Intensiv II (A1)

151-76255
María Teresa Morales de Neligan
Mo 08.06.–13.07.15 jew. 18.30–21.45, 6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 94.00
ab Lektion 5, Con Gusto A1, Klett-Verlag, Lehr- und Arbeitsbuch ISBN 3-12-514980-9

151-76258
Mireya Escubi Angulo
Mo 08.06.15 jew. 17.45–21.00, 3-mal
Mi 10.06.15 jew. 17.45–21.00, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 94.00
ab Lektion 5, Con Gusto A1, Klett-Verlag, Lehr- und Arbeitsbuch ISBN 3-12-514980-9
Der Kurs findet zweimal wöchentlich statt.
Fortsetzung ab 06.07.2015, Kurs 151-76259.
Der Kurs findet zweimal wöchentlich statt.

Spanisch, Intensiv III (A1)
Der Kurs findet zweimal wöchentlich statt.

151-76259
Mireya Escubi Angulo
Mo 06.07.15 jew. 17.45–21.00, 3-mal
Mi 08.07.15 jew. 17.45–21.00, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 94.00
ab Lektion 9, Con Gusto A1, Klett-Verlag, Lehr- und Arbeitsbuch ISBN 3-12-514980-9

Spanisch, Kompaktwoche II (A1)

151-76261
Pilar Cuezva
Felix Garten Cuezva
Mo–Do 18.05.–21.05.15 17.45–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 68.00
ab Lektion 6, Mirada aktuell, Hueber-Verlag, Lehr- und Arbeitsbuch ISBN 3-19-004218-0

Spanisch, Kompaktwoche III (A1/A2)

151-76263
Pilar Cuezva
Felix Garten Cuezva
Mo–Do 15.06.–18.06.15 17.45–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 68.00
ab Lektion 11, Mirada aktuell, Hueber-Verlag, Lehr- und Arbeitsbuch ISBN 3-19-004218-0

Spanisch, Grundstufe II am Samstag (A1)

151-76268
Pilar Cuezva
Felix Garten Cuezva
Sa 20.06.–25.07.15 jew. 09.00–14.00, 6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 120.00
ab Lektion 5, Con Gusto A1, Klett-Verlag, Lehr- und Arbeitsbuch ISBN 3-12-514980-9

Spanisch, Grundstufe I (A1)
Spanisch in den Pfingstferien

151-76273
Paz Huete Iglesias
Di 26.05.15 – Do 28.05.15
Mo 01.06.15 – Mi 03.06.15 jew. 17.45–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 102.00 reduzierte Teilnehmerzahl
ab Lektion 1, Con Gusto A1, Klett-Verlag, Lehr- und Arbeitsbuch
ISBN 3-12-514980-9

Spanisch, Intensiv VI (A2)
Der Kurs findet zweimal wöchentlich statt.

151-76420
Enma Guardia Molina de Kammerer
Olga Hernández Schulz
Mo 15.06.15 jew. 17.45–21.00, 3-mal
Do 18.06.15 jew. 17.45–21.00, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 94.00
ab Lektion 9, Con Gusto A2, Klett-Verlag, Lehr- und Arbeitsbuch ISBN 3-12-514990-8

Spanisch, Kompaktwoche IV (A2)

151-76430
Pilar Cuezva
Felix Garten Cuezva
Mo–Do 13.07.–16.07.15 17.45–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 68.00
ab Lektion 15, Mirada aktuell, Hueber-Verlag, Lehr- und Arbeitsbuch ISBN 3-19-004218-0

Spanisch und Tapas (A1)
Hola, möchtest du Spanisch lernen und dabei einfache Tapas zubereiten?
Lass dich überraschen! Es sind keine Spanischkenntnisse erforderlich.

151-78030
Victoria Ortiz García-Mühlich
Di 09.06.–28.07.15 jew. 19.30–21.00, 8-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 68.00 inkl. Lebensmittel

Spanisch, für Wiedereinsteiger (A2)
In diesem Kurs werden wir das bereits Erlernte kommunikativ auffrischen. Neben dem Wortschatz und den entsprechenden grammatikalischen Strukturen werden die Vergangenheitsformen (Pretérito Perfecto, Indefinido und Imperfecto) sowie die Pronomen Schwerpunkt der Woche sein.
Kein Lehrbuch.
Vorraussetzung: 5 Semester Spanisch oder entsprechende Kenntnisse.

151-78200
Mary Lizandra Ribot-Zöltzer
Mo–Do 14.09.–17.09.15 17.45–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 76.00

Ein Kompaktangebot für Anfänger/innen, die noch keine Vorkenntnisse haben. Der Stoff dieser Woche entspricht in etwa dem Inhalt eines Kurses der Grundstufe I.
Lektion 1–4

Spanisch, Sommerwoche I (A1)

151-78350
Mary Lizandra Ribot-Zöltzer
Mo–Fr 13.07.–17.07.15 09.00–13.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 98.00

Bitte mitbringen...

Lehrwerk für die Sommerwochen:
Con Gusto A1, Klett-Verlag, Lehr- und Arbeitsbuch ISBN 3-12-514980-9

Spanisch, Sommerwoche II (A1)
Fortsetzung der Sommerwoche I, geeignet auch für Teilnehmer/innen, die an einem Kurs der Grundstufe I teilgenommen haben und weiter die Sprache erlernen möchten.

151-78355
Mary Lizandra Ribot-Zöltzer
Mo–Fr 20.07.–24.07.15 09.00–13.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 98.00
ab Lektion 5

Türkisch

Türkisch, Konversation (A2)

151-78940
Mi 13.05.–15.07.15 jew. 18.00–19.30, 8-mal
Wirtschaftsgymnasium West, Rotebühlstr. 101, 70178 Stuttgart
EUR 92.00 inkl. Kursunterlagen
Kleingruppe

Last minute! Türkisch im Sommer
Lernen Sie, noch bevor Sie in den Sommerurlaub gehen, wichtige Redewendungen und erhalten Tipps und Informationen für einen schönen Aufenthalt in der Türkei

151-78975
Di 16.06.–21.07.15 jew. 18.00–20.15, 6-mal
Wirtschaftsgymnasium West, Rotebühlstr. 101, 70178 Stuttgart
EUR 103.00 inkl. Kursunterlagen
Kleingruppe

Deutsch als Gebärdensprache

DGS-Aufbaustufe II
Dieser Kurs ist als Fortsetzung der DGS-Aufbaustufe I gedacht. Ziel ist es, den Gebärdenschatz zu erweitern und die Geschwindigkeit des Gebärdens zu erhöhen sowie über eine Geschichte in DGS zu erzählen.

151-79290
Andreas Frucht
Sa 13.06./20.06.15 jew. 09.00–17.00
vhs-studio, Fritz-Elsas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart
EUR 87.00 inkl. Kursunterlagen
Kurs mit reduzierter Teilnehmerzahl

vhs für Schule und Studium

Mathematik, Grundlagen für die Gymnasiale Kursstufe, berufliche Gymnasien, Berufskollegs und vergleichbare Bildungsgänge
Für die im Titel genannten – auf einem mittleren Bildungsabschluss aufbauenden – Bildungsgänge werden die relevanten Grundlagen vermittelt, wiederholt und vertieft.
Zielgruppe: Personen, die die Fachhochschulreife oder das Abitur erwerben möchten und deren letzter Schulbesuch länger zurück liegt.

151-81075
Thorsten Schulte
Mo – Do 22.06.-25.06.15 jeweils 14.00–17.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 98.00/EUR 78.00 Bonuscard Kind

Mathematik, Grundlagen für die Gymnasiale Kursstufe, berufliche Gymnasien, Berufskollegs und vergleichbare Bildungsgänge, Sommerferien

151-81076
Thorsten Schulte
Mo-Do 07.09.-10.09.15 jeweils 17.15–20.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 98.00/EUR 78.00 Bonuscard Kind

Schon gewusst...

Interessiert an Unterstützung in Mathematik?
Wir bieten Lernhilfen
- im Einzelunterricht oder Minigruppen (gleiche Klassenstufe und Schulart)
- mit langjährig erfahrenen Lehrkräften
- für alle Klassenstufen von der 5. Klasse bis zum Abitur

Kontakt: Tel. 0711-1873-718
karin.abesser@vhs-stuttgart.de

Mathematik, Nachholkurs Klassenstufe 10 , allg. bild. Gymnasien, Sommerferien
In der Klassenstufe 10 werden die unverzichtbaren Grundlagen für die Mathematik der Kursstufe gelegt. Aufgrund des Themenumfangs und der verbleibenden Übungszeit finden die Schüler/innen nicht immer einen echten Zugang zu den behandelten Themen. Oder es fehlen aufgrund eines Auslandsaufenthaltes Themen komplett.
Der zehntägige Kompaktkurs bietet eine strukturierte und fundierte Einführung und Behandlung der Themen. Ein Skript steht im Kurs zur Verfügung.
Zielgruppe: Schüler/innen des allg. bild. Gymnasiums, die die 10. Klasse bereits besuchten sowie Schüler/innen, die dieses Schuljahr im Ausland verbracht haben. Der Schwerpunkt liegt auf der Themenvermittlung, eigenständige Nacharbeit ist unverzichtbar.

151-81080
Ute Hoffmann
Mo – Fr 03.08.15 – 07.08.15 09:00-12:15
Mo – Fr 10.08.15 – 14.08.15 09:00-12:15
vhs-Zentrum Ost, Ostendstr. 110, 70188 Stuttgart
EUR 215.00/EUR 172.00 Bonuscard Kind

Mathematik, Auffrischung für die Abschlussklasse 10 Realschule 2015/2016, Sommerferien
Zielgruppe: Schüler/innen, die im Schuljahr 2015/2016 in der 10. Klasse Realschule sind und im Frühjahr 2016 die Abschlussprüfung machen.
Nutzen: Es werden die für die Abschlussprüfung relevanten Themen aus Klasse 9 wiederholt und geübt. So startet ihr mit einem guten Gefühl ins letzte Schuljahr und versteht den neuen Stoff besser.

151-81090
Dirk Boberg
Di–Fr 08.09.–11.09.15 10.00–12.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 53.00/EUR 42.40 Bonuscard Kind Kurs mit reduzierter Teilnehmer/innenzahl

Mathematik, Prüfungsvorbereitung auf die BK-Fachhochschulreifeprüfung für 1- und 2-jährige Berufskollegs, Pfingstferien
Inhalte: Ganzrationale Funktionen, Exponentialfunktionen, Trigonometrische Funktionen, Matrizenrechnung, Kostentheorie, Vektorgeometrie, Stochastik (Pflicht- und Wahlthemen) Der Schwerpunkt liegt auf den Pflichtthemen des Lehrplans.
Methode: Der Stoff wird komprimiert und anhand typischer Prüfungsaufgaben der letzten Jahre wiederholt und vertieft.
Zielgruppe: Schüler/innen, die das zwei- oder einjährige Berufskolleg besuchen oder bereits besucht haben und die Prüfung ablegen möchten.

151-81224
Achim Heckel
Di–Fr 26.05.–29.05.15 10.00–13.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 89.00/EUR 71.20 Bonuscard Kind

Schulabschlüsse – 2. Bildungsweg

Hauptschulabschluss

Im Mittelpunkt der Kurse steht die inhaltliche Vorbereitung auf den Hauptschulabschluss (Schulfremdenprüfung). Es bereiten sich Teilnehmer/innen aller Altersstufen vor.
Inhalt: Vorbereitung auf die Prüfung entsprechend der geltenden Prüfungsordnung für Schulfremde auf der Grundlage der Bildungsstandards Klasse 9 des Bildungsplanes in:
– Deutsch
– Mathematik
– Politische und wirtschaftliche Bildung
– Präsentation
Abschluss: Staatlicher Hauptschulabschluss
Kursform: Teilzeit vormittags oder abends
Unterrichtsort: vhs-zentrum ost, Ostendstr. 110, 70188 Stuttgart
Anmeldung: persönlich nach einem Beratungsgespräch,
Terminvereinbarung Tel. 0711 1873-718
Gebühren: Die Gebühren sind bereits ermäßigt.
Über finanzielle Fördermöglichkeiten beraten wir Sie auf Anfrage.

Vorkurs zum Hauptschulabschluss-Jahreskurs 2015/2016 am Vormittag
Es werden die Grundlagen in den Fächern Deutsch und Mathematik vermittelt, damit eine Teilnahme am Hauptschulabschluss-Jahreskurs möglich ist.

151-82090
Dozentinnen-Team
Mo–Do 22.06.15–23.07.15 jeweils 9.00–11.30
5 Wochen
vhs-Zentrum Ost, Ostendstr. 110, 70188 Stuttgart
EUR 138.00

Vorkurs zum Hauptschulabschluss-Jahreskurs 2015/2016 am Abend
Es werden die Grundlagen in den Fächern Deutsch und Mathematik vermittelt, damit eine Teilnahme am Hauptschulabschluss-Jahreskurs möglich ist.

151-82091
Dozentinnen-Team
Mo–Do 22.06.15–23.06.15 18.00–20.30 5 Wochen
vhs-Zentrum Ost, Ostendstr. 110, 70188 Stuttgart
EUR 138.00

Hauptschulabschluss Jahreskurs 2015/2016 am Vormittag

152-82050
Dozentinnen-Team
Mo–Do 14.09.15–27.07.16 jeweils 9.00–11.30
Kein Unterricht in den Schulferien
vhs-Zentrum Ost, Ostendstr. 110, 70188 Stuttgart
EUR 475.00 Ratenzahlung möglich

Hauptschulabschluss Jahreskurs 2015/2016 am Abend

152-82060
Dozentinnen-Team
Mo–Do 14.09.15–27.07.16 jeweils 18.00–20.30
Kein Unterricht in den Schulferien
vhs-Zentrum Ost, Ostendstr. 110, 70188 Stuttgart
EUR 475.00 Ratenzahlung möglich

Realschulabschluss

Ziel: Erwerb des Realschulabschlusses über die Schulfremdenprüfung
Inhalt: Bildungsstandards Klasse 10 entsprechend dem Bildungsplan in den Kernfächern Deutsch, Mathematik, Englisch, Fächerverbund Naturwissenschaftliches Arbeiten (NWA) und den Nebenfächern: Fächerverbund Erdkunde, Wirtschaftskunde, Gemeinschaftskunde (EWG), Geschichte
Abschluss: Staatlicher Realschulabschluss
Voraussetzungen:
- guter Hauptschulabschluss (mit Englisch) oder Abgangszeugnis Klasse 10 Realschule/ Gymnasium
- kontinuierliche und aktive Teilnahme am Unterricht

Beratung:
Terminvereinbarung Tel. 0711 1873-718
Finanzielle Förderung: Es gelten besondere Ermäßigungsregelungen. Bitte im Fachbereich erfragen.
Anmeldung: persönlich nach Teilnahme am Informationsabend, online-Anmeldungen nicht möglich

Informationsabend Tageskurs Realschulabschluss 2015/2016

151-83013I
Barbara Fritsch
Mi 20.05.15 19.00–20.00
vhs-Zentrum Ost, Ostendstr. 110, 70188 Stuttgart
gebührenfrei Anmeldung erforderlich

151-83014I
Barbara Fritsch
Mi 24.06.15 19.00–20.00
vhs-Zentrum Ost, Ostendstr. 110, 70188 Stuttgart
gebührenfrei Anmeldung erforderlich

151-83015I
Barbara Fritsch
Mi 22.07.15 19.00–20.00
vhs-Zentrum Ost, Ostendstr. 110, 70188 Stuttgart
gebührenfrei Anmeldung erforderlich

Tageskurs Realschulabschluss 2015/2016

152-83010
Dozentinnen-Team
Mo–Fr 14.09.15-Juli 2016 jeweils 9.00–12.30
Kein Unterricht in den Schulferien
vhs-Zentrum Ost, Ostendstr. 110, 70188 Stuttgart
EUR 2150.00 inklusive Lernmittel, Ratenzahlung möglich

Wissen für Beruf und Alltag

Berufliches Grundwissen

Wirtschafts-/Vertragsrecht
Rechtsordnung der Bundesrepublik Deutschland, Rechtsgeschäfte, Rechts- und Geschäftsfähigkeit, Besitz und Eigentum, Vertrag I Rechtsgeschäft am Beispiel Kaufvertrag, Vertrag II Vertragsarten, Vertragsfreiheit, AGB, Vertrag III Störungen, Verjährung.

151-88012
RA Siegfried Bruckmann
Fr 24.07.15 08.30–15.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 70.00
„ESF-Fachkursförderung möglich"

Produktion Materialwirtschaft und Qualitätsmanagement
Einführung in die Materialwirtschaft/Logistik, Warendisposition, Lagerhaltung, Einführung in die Produktionswirtschaft, Computer Aided Manufacturing (CAM), Qualitätsmanagement, Ökologiemanagement I – Umwelt und Unternehmen, Ökologiemanagement II – Planung und Instrumente.

151-88014
Oliver Jehlitschke
Mi 17.06.15 und Mi 08.07.15 jeweils 17.45–20.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 70.00
„ESF-Fachkursförderung möglich"

Finanzen und Steuern
Kaufmännischer Zahlungsverkehr, Zusammenhang zwischen Investition und Finanzierung, Methoden der Investitionsplanung und -rechnung, Finanzierung, Finanzierungsarten, Kreditsicherung, Steuern I Formen und Verfahren, Steuern II Betriebliche Abgaben.

151-88015
Uwe Widenmeyer
Mi 10.06.15 und Mi 17.06.15 jeweils 17.45–20.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 70.00
„ESF-Fachkursförderung möglich"

Personal- und Arbeitsrecht
Die Personalwirtschaft, Personalverwaltung, der Arbeitsvertrag, die Kündigung, das Zeugnis, Grundlagen der Lohnbuchführung, Steuerabzugsbeträge und die Sozialversicherung, Einblicke in das geringfügige Beschäftigungsverhältnis.

151-88017
RA Siegfried Bruckmann
Fr 31.07.15 08.30–15.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 70.00
„ESF-Fachkursförderung möglich"

Computerkurse

Mobile Wege ins Internet: Smartphone, Tablet, Pad
Dieser Vortrag richtet sich an all jene, die bisher noch kein Tablet/Smartphone, haben, sich einfach nur für das Thema interessieren und/oder über einen Kauf oder einen Wechsel von ihrem bisherigen PC/Notebook/Handy zu den „smarten" Alternativen nachdenken.
Lassen Sie sich begeistern von den Möglichkeiten, die die mobilen Geräte bieten: Musik hören, Fotos machen, Zeitschriften und Bücher lesen, Sprachen lernen, Reisen planen, Haustechnik überwachen, Unterstützung bei der Gesundheitsvorsorge, Navigation beim Wandern und vieles mehr.
In diesem Vortrag lernen Sie einfache und sichere Wege in die digitale Welt kennen – präsentiert mit einem Tablet, gut sichtbar via Beamer.

151-07723
Matthias Korth
Di 12.05.15 09.00–11.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 18.00

151-07724
Matthias Korth
Mi 10.06.15 14.00–16.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 18.00

151-07725
Michael Köhler
Fr 10.07.15 18.00–20.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 18.00

Smartphones in der Praxis
Mit einem Smartphone steht das Internet auch unterwegs zur Verfügung und ist einfach und sicher zu bedienen. Nicht nur junge Menschen schätzen diese Möglichkeit zur Kommunikation und Information bei Reisen, Sprachen, Wandern, Musik, Fotografie, Lesen, Gesundheit, Navigation und vielem anderen. In diesem Kurs lernen Sie Ihr Smartphone besser kennen. Der Schwerpunkt liegt auf den „Apps": Was sind Apps, wie finde ich die richtigen und wie bekomme ich sie auf mein Gerät? Wie organisiere ich meine Apps, damit ich optimal damit arbeiten kann. Dieser Kurs richtet sich an Personen, die ein Smartphone geschenkt bekommen oder gekauft haben und es wenig nutzen, da für die Bedienung Basiskenntnisse fehlen.
Voraussetzungen:
Bringen Sie Ihr Smartphone geladen und mit allen Kabeln mit sowie Ihre Benutzerkontodaten des jeweiligen Stores wenn vorhanden.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

mit Android-System
151-07734
Michael Köhler
Mo 18.05.15 17.00–20.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 28.50

mit Android-System
151-07735
Rainer Kauffmann
Mi 17.06.15 14.00–17.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 28.50

iPhone von Apple
151-07736
Matthias Korth
Mo 29.06.15 17.00–20.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 28.50

mit Android-System
151-07737
Nils Heller
Sa 11.07.15 10.00–13.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 28.50

Erster Schritt am Computer
Sie sind ein absoluter Neuling was den Computer (PC/Notebook) oder das Tablet/Pad angeht? Sie wollen Ihre „Berührungsängste" überwinden? In entspannter Atmosphäre machen Sie die ersten Schritte bei der Handhabung des Computers bzw. Tablets. Im Computerkurs wird am Schulcomputer (PC-Raum) gearbeitet, Sie lernen den Umgang mit Maus, Tastatur, Anschalten und Anmelden, die Orientierung auf dem Startbildschirm (auch für Notebook-Nutzer geeignet). In den Tablet-Kursen arbeiten Sie mit Ihren eigenen Tablets. Sie lernen den Umgang mit dem berührungsempfindlichen Bildschirm und die Oberfläche (eigentlich sind es mehrere Oberflächen) kennen. Außerdem erfahren Sie wie das mit den Apps funktioniert. Bitte prüfen Sie, ob der Gerätetyp mit dem im Kurstitel genannten Gerätetyp/System übereinstimmt. Falls nicht, setzen Sie sich bitte mit uns in Verbindung.

Windows 8.1, eigenes Tablet
151-07755
Martin Bone
Di 09.06.–23.06.15 jew. 14.00–16.30, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 66.00

Android, eigenes Tablet
151-07756
Nils Heller
Mo 15.06.–29.06.15 jew. 18.30–21.00, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 66.00

Windows 8.1, PC-Raum
151-07757
Adriane Haußmann
Mi 01.07.–15.07.15 jew. 18.00–20.30, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 66.00

Android, eigenes Tablet
151-07758
Adriane Haußmann
Fr 10.07.–24.07.15 jew. 14.00–16.30, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 66.00

Ab Juni bei uns:
MOOCbar zum Online-Kurs „Mein digitales Ich“

Ab dem 28. Mai dreht sich im Online-Kurs „Mein digitales Ich“ (151-94345K) alles um die Frage, wie man seine Identität im Netz gezielt gestalten und für seine Ziele nutzen kann. Der überwiegende Teil des Kurses findet im Netz statt – mit Video-Lektionen und in Foren, wo gemeinsam online gearbeitet wird. Das ist üblich bei MOOCs (Massive Open Online Courses).
Der ichMOOC geht allerdings einen Schritt weiter: In begleitenden Workshops, so genannten MOOCbars, verbinden sich Online und Offline. Auch wir sind dabei. Drei Mal während der vierwöchigen Kurszeit treffen sich Teilnehmende bei uns, um mit einem Spezialisten „aus Fleisch und Blut“ Extra-Themen zu besprechen. Vom Kursraum aus hat die Gruppe Gelegenheit, sich per Live-Chat an einer Expertendiskussion zu beteiligen.
Wir laden Sie herzlich ein, online und vor Ort Ihr „digitales Ich“ aufzuspüren und zu gestalten!
Die MOOCbar der vhs stuttgart findet am 2., 9. und 16. Juni 2015 jeweils von 19.00 bis 21.00 im TREFFPUNKT Rotebühlplatz statt.
Die Teilnahme ist kostenlos. Für unsere Planung ist jedoch eine Anmeldung, Tel. 0711 1873-711, erforderlich.

Falls Sie sich noch nicht zum Online-Kurs „Mein digitales Ich“ angemeldet haben, können Sie das auch nach dem 28.5. gerne noch tun: https://mooin.oncampus.de/ichmooc

MEIN DIGITALES ICH

Schritt für Schritt an Computer und Internet

Sie verwenden den Computer noch wenig und brauchen eine systematische Einführung in die Welt des Computers? Im Kurs erfahren Sie, was die verschiedenen Begriffe bedeuten (Browser, Word, Windows, Betriebssystem) und lernen die Aufgaben der verschiedenen Programme kennen. Sie machen Ihre ersten Schritte im Internet, geben Internetadressen ein und suchen gezielt. Sie schreiben im Schreibprogramm Word und lernen wie Sie ausdrucken oder speichern, was Sie erstellt haben. Der Umgang mit Ordnern und Dateien wird ebenfalls besprochen. Durch die Praxis im Kurs haben Sie ein Bild von den vielfältigen Einsatzmöglichkeiten des Computers, können einen Text schreiben und speichern, im Internet etwas suchen, E-Mails schreiben und versenden.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Erster Schritt – Computergrundlagen“ oder entsprechende Kenntnisse.
Bitte prüfen Sie, ob der Gerätetyp mit dem im Kurstitel genannten Gerätetyp/System übereinstimmt. Falls nicht, setzen Sie sich bitte mit uns in Verbindung.

mit Windows 8.1, ab +/- 65 Jahre
151-07772
Frauke Rahlfs
Mo und Mi 08.06.–24.06.15
jeweils 14.00–16.15, 6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 138.00

für Windows 7
151-07773
Anke Ruthardt-Rupp
Do 18.06.–23.07.15 jew. 18.15–20.30, 6-mal
vhs-studio, Fritz-Elsas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart
EUR 138.00

Workshop Internet am PC

Sie möchten Ihr Internet-Wissen vertiefen? Mit Google kommen Sie zurecht, aber irgendwie haben Sie das Gefühl, dass da noch anderes möglich ist? Das Internet bietet mehr als Bahnverbindungen und reine Informationen. Im Kurs erfahren Sie was „communities“ sind und was im „Web“ noch so alles möglich ist z.B. Webkameras, Blogs, Mitmachseiten und anderes. Fragen zu Anmelde- und Registrierprozessen, Login und Logout werden beantwortet, Sie lernen sich besser auf Webseiten zu orientieren und worauf Sie achten sollten, um sicher im Internet unterwegs zu sein.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Schritt für Schritt an den Computer und ins Internet“ oder entsprechende Kenntnisse. Eine eigene E-Mail-Adresse ist hilfreich. Bitte prüfen Sie, ob der Gerätetyp mit dem im Kurstitel genannten Gerätetyp/System übereinstimmt. Falls nicht, setzen Sie sich bitte mit uns in Verbindung.

mit Windows 7, für +/- 65 J.
151-07802
Claudia Roth
Mo 15.06.–06.07.15 jew. 14.00–16.15, 4-mal
vhs-studio, Fritz-Elsas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart
EUR 97.00

Mit Apps ins Internet

Millionen Apps und jeden Tag werden es mehr. Die Guten finden und die schlechten Erkennen, kein einfaches Unterfangen. Im Kurs wird gezeigt, wie/wo man Apps findet, bewertet und installiert und natürlich auch, wie man sie wieder entfernt.
Sie können am eigenen Tablet arbeiten, in den Übungen werden beispielhaft nur kostenfreie Apps heruntergeladen und auch wieder entfernt. Bitte achten Sie auf das im Kurstitel genannte Betriebssystem und der jeweiligen App-Plattform und wählen Sie das für Sie passende Angebot.
Voraussetzungen:
Sie können Ihr Tablet bedienen. (Der Kurs „Erster Schritt – Computergrundlagen“ oder entsprechende Kenntnisse.)
Bitte eigenen Tablet aufgeladen und mit Zubehör (Stromversorgung etc.) zum Unterricht mitbringen. Ein kostenfreier Wlan-Zugang wird bereitgestellt.
Bitte prüfen Sie, ob der Gerätetyp mit dem im Kurstitel genannten Gerätetyp/System übereinstimmt. Falls nicht, setzen Sie sich bitte mit uns in Verbindung.

eigenes iPad, iTunes, Apple Store
151-07807
Alfred Gehrlach
Do 21.05.15 14.00–17.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 28.50

eigenes Tablet, Android, Google Play Store
151-07808
Rainer Kauffmann
Mo 29.06.15 14.00–17.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 28.50

Reiseplanung am Wohnzimmertisch

Apps für Tablets (Smartphones)
Ob Währungsrechner, Packliste für den Koffer, Bushaltestellenplan, Wörterbuch, kulturelle Hinweise – heute kann man schon im Vorfeld Reisen ganz anders planen. Im Vortrag werden beispielhaft Apps vorgestellt, die zeigen wie man schon von Zuhause aus gezielt Reisen organisieren und vorbereiten kann.

151-07810
Rainer Kauffmann
Do 02.07.15 15.00–17.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 20.00

Shopping im Internet

Die Anzahl der Online-Shops im Internet ist unüberschaubar. Ebenso wenig die Seriosität der einzelnen Anbieter. Selbst ein hochwertiges Shop-Design sagt noch nichts über einen sicheren Bezahlvorgang, versteckte Portokosten und Zusatzleistungen sowie letztendlich die Zustellung einer Ware aus. Im Kurs erfahren Sie, was Sie beim Online-Einkauf beachten sollten.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Schritt für Schritt an den Computer und ins Internet“ oder entsprechende Kenntnisse.

151-07825
Christa Rahner-Göhring
Mo 18.05.15 18.00–20.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 24.50

Gut zu Wissen: Was sind QR-Codes?

An allen Ecken wie z. B. auf Plakaten oder Bahntickets fallen sie auf, die Muster, die aus vielen kleinen schwarzen und weißen Quadraten bestehen. Es handelt sich um so genannte QR-Codes. Aber wozu sind sie gut? Was kann man damit machen? Wer macht sie? Im Vortrag erfahren Sie, welche Informationen sich hinter diesen Codes verbergen können, wie Sie sie entschlüsseln (scannen) können und welche Vor- und Nachteile allgemein mit dieser Technik verbunden sind.

151-07827
Cora Burger
Di 19.05.15 18.00–19.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 8.00

Digitale Landkarten – eine Einführung

In diesem Kurs bekommen Sie einen Überblick über die Nutzung verschiedener digitaler Karten wie Openstreetmaps oder die Karten der Landesvermessungsämter. Das Orientieren und der Umgang wird besprochen und das Einarbeiten von Routen oder Tracks aus GPS-Daten wird geübt.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Schritt für Schritt an den Computer und ins Internet“ oder entsprechende Kenntnisse.

151-07831
Oliver Beck
Mo 15.06.15 18.00–21.15
vhs-studio, Fritz-Elsas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart
EUR 28.50

Mein digitaler Alltag

Wer weiß was über mich?
Überall hinterlassen wir digitale Spuren – teils bewusst und absichtlich, teils wissen wir es gar nicht. Google, Provider, Apps, Umfragen, Payback-Karten – wer braucht was wofür? Wie kann ich es merken und damit umgehen bzw. es wenigstens eindämmen? Mit einer Reise durch den ganz gewöhnlichen aktuellen digitalen Alltag zeigt die Veranstaltung, was für Verbraucherinnen und Verbraucher wichtig ist zu wissen, um selbstbewusst die eigenen Daten in die Hand zu nehmen.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Schritt für Schritt an den Computer und ins Internet“ oder entsprechende Kenntnisse.

151-07833
Christa Rahner-Göhring
Do 25.06.15 18.00–20.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 24.50

Workshop Excel 2013

Mit einer Tabellenkalkulation kann man nicht nur sehr gut Ausgaben errechnen oder Kassenbücher führen, sondern auch Adresslisten führen, Geburtstage errechnen oder Daten auswerten. Im Kurs lernen Sie die sinnvolle Eingabe von Zahlen und Text, das Arbeiten in Zellen und Spalten und zentrale Formeln für den Privatgebrauch kennen.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Schritt für Schritt an den Computer und ins Internet“ oder entsprechende Kenntnisse.

151-07836
Anke Ruthardt-Rupp
Mi 17.06.–15.07.15 jew. 18.15–20.30, 5-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 110.00

Workshop Outlook 2013

Sie möchten in Outlook ihren Mail-Korrespondenz verwalten. Erfahren Sie in diesem Kurs wie Sie Outlook einrichten, Mails schreiben, versenden und verwalten. Sie lernen das Adressbuch kennen, Postfächer anzulegen, Ihre Mails zu sortieren und zu löschen und die Geheimnisse hinter cc und bcc.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Schritt für Schritt an den Computer und ins Internet“ oder entsprechende Kenntnisse.

151-07837
Martin Nussbaum
Mi 10.06.15 18.00–21.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 35.00

Speichern und Sichern in der Cloud

Sie benötigen keinen USB-Stick oder anderen Datenträger mehr, nur noch einen Internetzugang, um an jedem Ort der Welt an Ihre Dateien und Anwendungen zu kommen. Immer mehr wird man auf die „Cloud“, die Wolke, verwiesen, wenn es um das Bereistellen von Dateien und Software geht. Aber was und wo ist diese „Cloud“?
Erfahren Sie, wie und wo man Dateien im Internet speichern und abrufen kann, die Vor- und Nachteile werden diskutiert.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Workshop Betriebssystem: Dateien, Ordner und Programme“ oder entsprechende Kenntnisse und Erfahrung im Umgang mit dem Internet

151-07842
Alfred Gehrlach
Fr 03.07.15 17.00–20.15
vhs-studio, Fritz-Elsas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart
EUR 35.00

Reparieren statt Wegwerfen?

Das Gerät ist eigentlich noch nicht so alt, der Defekt vermutlich nicht groß, aber in der Regel heißt es bei der Frage nach der Reparatur „ist zu aufwendig“, „zu teuer“, „Ersatzteil gibt's nicht mehr“, „lohnt sich nicht“. Es geht nicht nur darum Geld zu sparen; Nachhaltigkeit ist das Thema, die konkrete Vermeidung von Müll. Nach einem Rückblick auf „die gute alte Zeit“, werden die Möglichkeiten Konsumgeräte zu reparieren bzw. Informationen zu erhalten besprochen und anhand von Beispielen der Aufwand und die Grenzen von Reparaturen aufgezeigt.

151-07855
Jürgen Franke
Mo 15.06.15 18.00–19.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 8.00

Workshop Betriebssystem: Bilder verwalten

In diesem Kurs geht es um den Umgang mit Dateien, speziell Bilddateien. Schon im ersten Schritt stellt sich die Frage „Nur importieren oder beim Importieren gleich umbenennen?“. Diese Frage und andere Fragen rund um die Verwaltung und Einsortierung in Ordnern und Unterordnern im Windows Explorer werden beantwortet. Von Ihren Fragen ausgehend und an Beispielen wird der Umgang mit Bilddateien durchgesprochen. Am Ende des Kurses haben Sie ein Verständnis für das Verwalten von Bilddateien, dem Originalbild und dem bearbeiteten Bild.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Schritt für Schritt an den Computer und ins Internet“ oder entsprechende Kenntnisse.

151-07861
Jürgen Hofmann
Di 16.06.15 und Di 23.06.15 jeweils 14.00–16.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 65.00

Bildbearbeitung und -verwaltung mit Picasa

Die kostenlose, unkomplizierte Software Picasa hilft bei grundlegenden Arbeiten mit Digitalfotos. Die Bilder vom externen Datenträger (Kamera, USB-Stick, SD-Karte) auf den Computer bringen, in die Ablage einsortieren, aber auch „rote Augen“ entfernen sind kein Problem. Mit Hilfe von selbsterstellten Schlüsselwörtern können Sie eine Unzahl von Bilddateien nach Thema vielfältig verwalten und wiederfinden und so Ordnung ins „Chaos“ bringen.
Voraussetzungen:
Kenntnisse im Menü der eigenen Kamera und der Kurs „Schritt für Schritt an den Computer und ins Internet“ oder entsprechende Kenntnisse.

151-07862
Sybille Brüggemann
Mo 15.06.15 13.00–17.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 65.00

Vom Bild zu Buch mit CeWe

Die digitale Fotografie ermöglicht Ihnen Bilder auf Ihrem Rechner zu speichern und zu bearbeiten. Mit der CeWe Fotobuch Software können Sie diese Bilder in einem Fotobuch zu einer spannende Geschichte zusammen stellen. Erzählen Sie mit Ihren Bildern die Ge-

schichte von dem letzten Urlaub, der Hochzeit, dem Geburtstag.
Voraussetzungen:
Sicherer Umgang mit dem Computer, Maus und Tastatur.
Bringen Sie bitte für die Übungen einen USB-Stick mit 40 bis 60 Bildern mit (Kopien, bitte nicht Ihre „Original".)
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-07864
Sanjay Bijani
Sa 27.06.15 10.30–18.00
vhs-studio, Fritz-Elsas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart
EUR 75.00

Textverarbeitung mit Word
mit Windows 7/Office 2010
Sie benötigen Word im Beruf und möchten Word von Grund auf bis zum einfachen Serienbrief sicher beherrschen. Und/oder Sie möchten die Kenntnisse für die Prüfung zum ECDL erwerben.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Computer-Grundlagen mit Word Basics" oder entsprechende Kenntnisse.
Sie sind sich über den Stand Ihrer Kenntnisse unschlüssig? Mit einem Einstufungstest können Sie zu Hause Ihr vorhandenes Wissen feststellen. Mehr Infos: 0711/1873-775
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-94212
Nada Heller
Mo und Mi 08.06.–24.06.15
jeweils 18.00–21.15, 6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 180.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

Schon gewusst...
Informationen und Anträge zur ESF-Fachkursförderung finden Sie auf unserer Webseite www.vhs-stuttgart.de
▶ Info/Service ▶ Fördermöglichkeiten.

Geschäftskorrespondenz modern formulieren
Mit jedem Geschäftsbrief, und dazu gehört auch jede E-Mail, präsentieren Sie sich Ihrem Kunden, Ihrem Ansprechpartner. Da kann man schnell einen schlechten Eindruck hinterlassen. Gelungene Formulierungen passend zum jeweiligen Anlass zu finden, gar nicht so einfach. Schnell erliegt man der Versuchung der bekannten aber verstaubten Formulierungen.
Im Kurs geht es um die Regeln moderner Geschäftskorrespondenz und wie man darauf aufbauend einen eigenen Stil entwickelt. Und wenn man dann gute Formulierungen gefunden hat, wie man diese in Word/Outlook in seiner Textbausteinsammlung verwaltet und wiederverwendet.
Voraussetzungen:
Sie sind fit in Word, bzw. haben den Kurs „Textverarbeitung mit Word" besucht.

151-94230
Birgit Craciunescu
Mo 15.06.15 18.00–21.15
vhs-studio, Fritz-Elsas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart
EUR 49.00

Geprüfte Fachkraft Büromanagement XpertBusiness

Die Reihe wendet sich besonders an Berufstätige, die eine Zusatzqualifikation erwerben wollen, Berufsrückkehrer/innen, die ihre Kenntnisse auffrischen wollen, Existenzgründer/innenn, die anfallende Büroarbeiten kompetent meistern wollen, Interessierte ohne bzw. mit einer nicht anerkannten Beraufsausbildung, die eine Basisqualifikation für Bürotätigkeiten erwerben wollen.
Information und Beratung:
0711 1873-796/-710

Word Professional: Große Dokumente
Dieser Kurs richtet sich an Personen, die umfangreiche Dokumente zum Beispiel Geschäftsberichte, wissenschaftliche Arbeiten oder andere Dokumente mit Inhaltsverzeichnis, Quellenangaben etc. erstellen wollen.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Textverarbeitung mit Word – ECDL" oder entsprechende Kenntnisse.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-94250
Nada Heller
Sa 20.06.15 10.00–17.15
So 21.06.15 10.00–17.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 170.00
ESF-Fachkursförderung möglich.
Teil der Inhalte für die Prüfung für das ECDL-Zertifikat „Textverarbeitung Advanced". Mehr Informationen: ecdl@vhs-stuttgart.de

Word Professional: Fortgeschrittene Techniken
Sie arbeiten regelmäßig mit Word, können auch Serienbriefe erstellen, der Tabstopp ist kein unbekannter. Im Kurs geht es um die effizientere Nutzung von Word, speziell hinsichtlich der Formularfunktionen, dem Umgang mit Wordtabellen und dem gezielten Einsatz von Textbausteinen.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Textverarbeitung mit Word – ECDL" oder entsprechende Kenntnisse.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-94260
Sybille Brüggemann
Sa 04.07.15 10.00–17.15
vhs-studio, Fritz-Elsas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart
EUR 85.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

Computerschreiben – leicht gemacht
Das Zehnfingersystem ermöglicht eine Steigerung der Schreibgeschwindigkeit (Anschläge pro Minute), die Senkung der Fehlerquote und eine ergonomisch günstigere Eingabetechnik. Nach der multisensorischen Methode erlernen Sie das Tastenfeld in kürzester Zeit und erhöhen mit etwas Übung Ihre Schreibgeschwindigkeit auf 80-150 Anschläge pro Minute.
Was heißt multisensorisch?
Auf der Basis von Erkenntnissen aus der Hirnforschung werden für den Lernprozess gezielt Bilder und Farben den jeweiligen Buchstaben zugeordnet und dann mit Bildgeschichten verknüpft. Diese Vorgehensweise bewirkt, dass der Tastaturaufbau spielerisch erlernt wird. Das Wiederholen mit unterschiedlichen Sinnen ermöglicht den Lernerfolg. Stupides Abschreiben war gestern, die neue Methode macht Spaß und ist zeitgemäß.
Voraussetzungen:
Grundkenntnisse im Umgang mit dem Computer.

151-94282
Karin Marquardt
Di 09.06.–30.06.15 jew. 09.00–11.30, 4-mal
vhs-studio, Fritz-Elsas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart
EUR 97.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

151-94283
Sonja Weinhart
Mo 29.06.–20.07.15 jew. 17.30–20.00, 4-mal
vhs-studio, Fritz-Elsas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart
EUR 97.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

Online-Grundlagen mit Outlook-Basics
mit Windows 8.1/Office 2013
Sie wollen das Internet nutzen und die Funktionen von Outlook für berufliche Zwecke verwenden und/oder Sie möchten die Kenntnisse für die Prüfung zum ECDL erwerben. Sie lernen einmal die praktische Seite kennen: sichere Navigation auf Webseiten, den Umgang mit Verlauf, Chronik, Pop-Ups und Cookies etc. Dann geht es um die „soziale" Seite, nämlich den Umgang mit Suchmaschinen, Bewertungen und Communities und Sie erhalten einen Einblick in die rechtliche Seite: Privatsphäre, Urheberrecht etc. In Outlook geht es rund um den Mailverkehr inkl. Best-Practice-Hinweisen zur elektronischen Kommunikation.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Computer-Grundlagen mit Word Basics" oder entsprechende Kenntnisse.
Sind Sie sich über den Stand Ihrer Kenntnisse unschlüssig? Mit einem Einstufungstest können Sie zu Hause Ihr vorhandenes Wissen feststellen. Mehr Infos: 0711/1873-775
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-94291
Martin Nussbaum
Do 11.06.–02.07.15 jew. 18.00–21.15, 4-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 160.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

Outlook im Team: Termine und Aufgaben verwalten

Erst die Termin- und Aufgabenverwaltung von Outlook erleichtert die Zusammenarbeit mit den Kollegen, aber nur wenn die Grundlagen stimmen und die Möglichkeiten sinnvoll und effizient genutzt werden.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Online-Grundlagen mit Outlook-Basics" oder entsprechende Kenntnisse.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-94310
Peter Peterson
Mo 11.05.15 18.00–21.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 49.00

Business-Netzwerken: Xing, Facebook, Google+, LinkedIn

Business-Netzwerke nehmen im beruflichen Alltag immer größere Bedeutung ein: Zum Beispiel Xing, Facebook, Google+, Twitter, LinkedIn usw. Für Jeden gibt es den passenden Treffpunkt, man muss ihn nur finden und für die eigenen Zwecke richtig nutzen. Manche Firmen fördern die Mitwirkung ihrer Mitarbeiter/innen in sozialen Netzwerken, manche stehen dem eher kritisch gegenüber. Was sollten Sie also beachten, wenn Sie beruflich netzwerken? Der Kurs führt ein in die Do's und Don'ts der virtuellen Kontakt- und Reputationspflege mit allen Chancen und Risiken.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Online-Grundlagen mit Outlook-Basics" und der Kurs „Gemeinsam online" oder entsprechende Kenntnisse.

151-94340
Christa Rahner-Göhring
Fr 19.06.15 16.00–20.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 70.00
Die Inhalte des Kurses sind Teil der neuen ECDL-Prüfung „Online-Zusammenarbeit" .
Information/Beratung: 0711 1873-710/-711

Microsoft OneNote: Ihr eigenes digitales Notizbuch

Schluss mit der Zettelwirtschaft! Mit Microsoft OneNote können elektronische Notizen geordnet, verwaltet und wiedergefunden werden. Durch die Speicherung in der Cloud können Sie vom PC, aber auch vom Tablet oder Smartphone über das Internet von unterwegs auf Ihre Notizen zugreifen, diese mit anderen teilen und ergänzen.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Online-Grundlagen mit Outlook-Basics" oder entsprechende Kenntnisse.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-94350
Petra Groeger
Mo 22.06.15 18.00–21.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 49.00

Tabellenkalkulation mit Excel

Sie möchten die Funktionsweise einer Tabellenkalkulation kennen lernen. Im Kurs geht es um die Grundlagen von Excel, den Umgang mit Zellen, Zeilen und Spalten und der Eingabe verschiedener Daten (Zahl, Text, Währung...). Außerdem werden die Basisfunktionen (Berechnung/Auswertung) von Daten und die Darstellung von Daten in Form von Diagrammen behandelt. Die Inhalte entsprechen den Anforderungen für die Prüfung zum ECDL-Modul „Tabellenkalkulation".
Voraussetzungen:
Der Kurs „Textverarbeitung mit Word 2010 – ECDL" oder entsprechende Kenntnisse.
Sie sind sich über den Stand Ihrer Kenntnisse unschlüssig? Mit einem Diagnosetest können Sie zu Hause Ihr vorhandenes Wissen feststellen. Für mehr Infos/Anmeldeformular bitte Mail an ecdl@vhs-stuttgart.de.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

mit Windows 7/Office 2010
151-94372
Sybille Brüggemann
Mi 10.06.–15.07.15 jew. 18.00–21.15, 6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 180.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

mit Windows 8.1/Office 2013
151-94373
Jürgen Hofmann
Fr 03.07.15 14.00–21.15
Sa 04.07.15 10.00–17.15
So 05.07.15 10.00–17.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 180.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

Excel Professional: Fortgeschrittene Techniken

Sie nutzen Excel regelmäßig und möchten Ihre Kenntnisse breitgefächert vertiefen. Ziel dieses Kurses ist das Kennenlernen fortgeschrittener Techniken z.B. Formeln überwachen, Tabellen gliedern, speziellere Funktionen (Text-, Team-, Datenbank).
Voraussetzungen:
Der Kurs „Tabellenkalkulation mit Excel – ECDL" oder entsprechende Kenntnisse.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-94380
Peter Peterson
Sa 11.07.15 10.00–17.15
So 12.07.15 10.00–17.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 170.00
ESF-Fachkursförderung möglich.
Sie haben eine konkrete Aufgabenstellung? Beratung zum Kursangebot:
Tel. 0711 1873-711/-775.

Excel Spezial: Übersichtliche Listen mit Pivot

Sie arbeiten mit unübersichtlichen Listen, viele Spalten und endlos Zeilen? Sie wollen Ihre Daten gruppieren, Muster erkennen? Mit der Pivot-Funktion organisieren Sie die Daten Ihrer Tabelle. Daten können flexibel, sinnvoll und mit Aussagekraft angeordnet werden.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Tabellenkalkulation mit Excel – ECDL" oder entsprechende Kenntnisse.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-94410
Petra Groeger
Sa 13.06.15 10.00–17.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 85.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

Excel Spezial: Statistik-Tools

Im Kurs erfahren Sie, wie Sie professionelle und aussagekräftige Statistiken anfertigen. Fachgerecht werden statistische Maßzahlen ermittelt und verschiedene wissenschaftliche Testverfahren, die die Richtigkeit von Statistiken überprüfen, angewendet.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Excel Professional – Fortgeschrittene Techniken" oder entsprechende Kenntnisse.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-94430
Petra Groeger
Fr 17.07.15 15.00–19.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 70.00

Präsentationen mit Powerpoint

mit Windows 7/Office 2010
Sie möchten die Funktionen von Powerpoint erlernen und Texte, Fakten und Bilder aufbereitet in Präsentationen, Vorträgen, Handouts etc. darstellen können. Und/oder Sie möchten die Kenntnisse für die Prüfung zum ECDL erwerben.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Computer-Grundlagen mit Word-Basics" oder entsprechende Kenntnisse.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-94442
Sybille Brüggemann
Di und Do 23.06.–09.07.15
jeweils 18.00–21.15, 6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 180.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

Powerpoint Professional

Aussagekräftige Präsentationen werden immer wichtiger. Zahlen und Fakten sollen möglichst anschaulich dargestellt werden. Bildmaterial und Auftritt sollen Thema und Image der Firma transportieren. Um das umzusetzen sind sehr gute Powerpoint-Kenntnisse gefragt – fortgeschrittene Arbeitstechniken und ein sinnvolles Layout werden benötigt. Dieser Kurs richtet sich an Personen, die bereits erste Erfah-

rung mit Präsentationen haben und häufiger präsentieren bzw. vortragen werden.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Präsentationen mit Powerpoint – ECDL“ oder entsprechende Kenntnisse.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-94450
Sybille Brüggemann
Fr 26.06.15 18.00–21.15
Sa 27.06.15 10.00–17.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 140.00
ESF-Fachkursförderung möglich.
Dieser Kurs ist auch als Vorbereitung für die Prüfung für das ECDL-Zertifikat „Präsentation Advanced“ geeignet.

LibreOffice Calc
Open Source Software
LibreOffice ist ein Programmpaket, mit dem Sie all das tun können, was Sie von einem Office-Paket erwarten und gewohnt sind. LibreOffice Calc bietet die gleiche Funktionalität rund um die Erstellung von Formeln und Listen und das Verwalten von Datensätzen, wie sie aus anderen Tabellenkalkulationsprogrammen bekannt ist.
Voraussetzungen:
Voraussetzungen:
Gute Kenntnisse im Umgang mit dem Computer und Erfahrungen mit Office-Programmen z.B. Excel.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-94520
Ellen und Walter Pape
Di 16.06.15 und Di 23.06.15 jeweils 18.00–21.15
vhs-studio, Fritz-Elsas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart
EUR 85.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

Projektmanagement MS Project 2013
Komplexere Projekte, ein größeres Team – mit einer Projektmanagementsoftware bekommt man Termine, Aufgaben und Fragen in den Griff. Lernen Sie mit MS Project ein verbreitetes Programm und seine vielen Möglichkeiten zur Projekt-, Ressourcen- und Kostenplanung kennen.
Voraussetzungen:
gute Excel-Kenntnisse, Kenntnisse der Grundbegriffe des Projektmanagements
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-94550
Barbara Reihle
Sa 13.06.15 10.00–17.15
So 14.06.15 10.00–17.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 170.00
ESF-Fachkursförderung möglich.
Dieser Kurs kann als Vorbereitung für die Prüfung zum Modul „Projektmanagement“ des Zertifikats „European Computer Driving Licence“ (ECDL) genutzt werden.

Geschäftsprozesse visualisieren mit Visio
Mit den Werkzeugen von Visio können komplizierte Abläufe, Sachverhalte oder Prozesse schnell und einfach grafisch dargestellt werden. Ob Flussdiagramm, Organigramm, einen Büroplan oder etwas anderes. Visio bietet die Möglichkeit, wichtige Informationen visuell zu veranschaulichen. Im Kurs geht es als Schwerpunkt um einer der bekanntesten Verwendungsmöglichkeiten, das Darstellen von Geschäftsprozessen. Sie lernen die verschiedenen Vorlagen, Bausteine (Shapes) und Verbindertypen kennen.
Voraussetzungen:
gute Office-Kenntnisse, Kenntnisse der Grundbegriffe des Projektmanagements
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-94570
Barbara Reihle
So 28.06.15 10.00–17.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 85.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

Datenbanken mit Access
mit Windows 7/Office 2010
Dieser Kurs ist für alle geeignet, die gute Kenntnisse in der Datenverwaltung mit Access erwerben und erste Grundlagen der Datenbankentwicklung kennenlernen möchten. Der Schwerpunkt liegt auf der Informationsgewinnung aus Datenbanken für Berichte, Auswertungen etc.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Tabellenkalkulation mit Excel – ECDL“ oder entsprechende Kenntnisse.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-94620
Nada Heller
Di 09.06.–14.07.15 jew. 18.00–21.15, 6-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 180.00
ESF-Fachkursförderung möglich.
Dieser Kurs kann als Vorbereitung für die Prüfung zum Modul „Datenbanken“ des Zertifikats „European Computer Driving Licence“ (ECDL) genutzt werden.

Adobe InDesign CS6 Teil 1
InDesign ist das Desktop-Publishing-Programm der Firma Adobe, das Werkzeug der Profis. In diesem Kurs werden praxisnah die Grundlagen des Desktop Publishing von Printmedien vermittelt (Flyern, Plakaten und umfangreicheren Broschüren und Katalogen). Beginnend mit einer Einführung in die Oberfläche von InDesign geht es um die strukturierte Vorgehensweise beim Erstellen eines Printproduktes in InDesign.
Voraussetzungen:
Sicherer Umgang mit PC und Windows. Der Kurs „Printmedien – Flyer, Broschüren, Bücher – erstellen – von der Druckvorstufe bis zur Druckerei“ oder entsprechende Kenntnisse.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-95032
Markus R. Gruber
Fr 19.06.15 14.00–21.15
Sa 20.06.15 10.00–17.15
So 21.06.15 10.00–17.15
vhs-studio, Fritz-Elsas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart
EUR 205.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

Adobe InDesign CS6 Teil 2
Dieser Kurs richtet sich an diejenigen, die mit InDesign arbeiten oder den ersten Kurs besucht haben und ihre Kenntnisse vertiefen und erweitern wollen.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Adobe InDesign CS6 Teil 1“ oder entsprechende Kenntnisse.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-95040
Markus R. Gruber
Sa 18.07.15 10.00–17.15
So 19.07.15 10.00–17.15
vhs-studio, Fritz-Elsas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart
EUR 170.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

Adobe Photoshop CS6 Teil 1
Photoshop wird im Bereich der digitalen Bild- und Photobearbeitung von den meisten professionellen Anwendern zum Beispiel Werbeagenturen eingesetzt und ist eines der mächtigsten Bildbearbeitungsprogramme. Mit Photoshop lassen sich Bilder völlig frei gestalten, retuschieren und verändern.
Voraussetzungen:
Sicherer Umgang mit dem PC und Windows, Grundkenntnisse im Umgang mit Grafikprogrammen.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-95081
Monika Holzknecht
Do 11.06.–16.07.15 jew. 18.00–21.15, 6-mal
vhs-studio, Fritz-Elsas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart
EUR 205.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

Adobe Photoshop Lightroom 4
Adobe Photoshop Lightroom ist ideal für professionelle Fotografen geeignet, die eine effiziente Lösung zur Verwaltung, Entwicklung und Präsentation ihrer Aufnahmen suchen.
Mit Lightroom erstellen Sie auf komfortabelste Weise Bilder mit Stil und Aussagekraft. Dank intuitiver Werkzeuge optimieren Sie Fotos mit minimalem Aufwand und maximaler gestalterischer Kontrolle.
Nutzen Sie ganz neue Werkzeuge zur Wiederherstellung von Tiefen und Lichtern und nehmen Sie präzise Anpassungen an Weißabgleich oder Rauschreduzierung vor. Photoshop Lightroom umfasst alle erforderlichen Werkzeuge für die Verwaltung, Entwicklung und Präsentation Ihrer schönsten Aufnahmen.
Voraussetzungen:
Sicherer Umgang mit dem PC und Windows.

151-95110
Monika Holzknecht
Mi 10.06.–24.06.15 jew. 13.30–16.45, 3-mal
vhs-studio, Fritz-Elsas-Str. 46/48, 70174 Stuttgart
EUR 125.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

Webseiten erstellen
mit HTML und CSS

Die Sprachen HTML und CSS sind heutzutage nicht nur die Grundlage um Webseiten zu erstellen und zu gestalten. Beide Technologien werden heutzutage übergreifend genutzt und sind damit ein wichtiges Werkzeug für den beruflichen Einsatz des Computers. Mit HTML und CSS ist man bei der Gestaltung von Webseiten unabhängig von zumeist teuren Programmen – man arbeitet stattdessen mit einem beliebigen Texteditor. Der Kurs bildet die Grundlage für alle weiteren Angebote zum Thema Webdesign.
Voraussetzungen:
Sicherer Umgang mit PC und Internet. Der Kurs nutzt die Online-Plattform der vhs.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-96020
Uwe Mock
Fr 12.06.15 18.00–21.15
Sa 13.06.15 10.00–17.00
Fr 19.06.15 18.00–21.15
Fr 26.06.15 18.00–21.15
Sa 27.06.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 245.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

Einführung in WordPress

Eigentlich ist WordPress ein Blogsystem. Aber es lässt sich damit leicht eine professionell aussehende Internetpräsenz erstellen und selber pflegen. Ideal für alle, die sich nicht mit der Technik sondern mehr mit ihren eigenen Inhalten beschäftigen wollen.
Voraussetzungen:
Sicherer Umgang mit dem PC und Windows. Der Kurs richtet sich an Einsteiger/innen in Wordpress.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-96060
Nada Heller
Di 12.05.15 und Di 19.05.15 jeweils 18.00–21.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 85.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

Schon gewusst...

Informationen und Anträge zur ESF-Fachkursförderung finden Sie auf unserer Webseite www.vhs-stuttgart.de ▸ Info/Service ▸ Fördermöglichkeiten.

Meine Firma in Facebook

Als Unternehmen ist es erforderlich, sich überall da zu präsentieren, wo mögliche Kunden sind – also auch in Facebook. Im Kurs wird gezeigt, wie sich eine Fanpage vom persönlichen Profil unterscheidet, und es werden Fanpages angelegt. Sie erhalten Gelegenheit, die Inhalte und Einstellungen im Kurs zu bearbeiten und Sie erfahren, worauf es bei der Unternehmens-Kommunikation in Facebook ankommt, wie Interessent/innen geworben werden, etc. Auch rechtliche Aspekte kommen zur Sprache. Nach Abschluss des Kurses haben Sie eine Basis, auf der Sie Ihre Öffentlichkeitsarbeit in Facebook aufbauen können.
Voraussetzungen:
Kurs „Marketing in Social Communities“ oder entsprechende Kenntnisse. Sicherer Umgang mit dem Internet und Registrierungsprozessen. Bereitschaft, ein eigenes Profil in Facebook anzulegen oder ein vorhandenes Profil zu pflegen.

151-96120
Adriane Haußmann
Mo 11.05.15 und Mo 18.05.15 jeweils 18.00–21.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 85.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

Meine Firma in Google+

Gerade für Unternehmen ist Google+ interessant – zur Unternehmens-Präsentation in der Suchmaschine gibt es kaum eine Alternative. Persönliches Profil, Unternehmensseite, Lokalisierungsdienst mit GoogleLocal (Verbindung zu GoogleMaps), Auszeichnung als Autor in den Trefferlisten und weitere Kommunikationsmöglichkeiten machen Google+ zu einem flexiblen und ausbaufähigen Marketinginstrument. Im Kurs geht es um die Registrierung und die Profilpflege; die Organisation der „Kreise“, das Verbinden der Dienste, und Sie erfahren, worauf es bei der Unternehmens-Kommunikation in Google+ ankommt. Selbstverständlich werden auch die Einstellungen der Privatsphäre und Datenschutzfragen behandelt. Nach Abschluss des Kurses haben Sie eine Basis, auf der Sie Ihre Öffentlichkeitsarbeit in Google+ aufbauen können.
Voraussetzungen:
Kurs „Marketing in Social Communities“ oder entsprechende Kenntnisse. Sicherer Umgang mit dem Internet und Registrierungsprozessen. Bereitschaft, ein eigenes Profil in Google+ anzulegen oder ein vorhandenes Profil zu pflegen.

151-96130
Adriane Haußmann
Do 11.06.15 und Do 18.06.15 jeweils 18.00–21.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 85.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

Gefunden! SEO Suchmaschinenoptimierung

Was nützt die schönste Webseite, wenn sie nicht gefunden wird? Internetnutzer sehen sich meist nur die ersten Treffer einer Suchanfrage an. Eine Webseite als wirklich taugliches Marketing-Instrument muss verschiedene Kriterien erfüllen, damit sie von den Suchmaschinen auf der ersten Seite angezeigt wird.
Voraussetzungen:
Dieser Kurs wendet sich an Internetnutzer, die bereits einen Webauftritt veröffentlicht haben oder eine Veröffentlichung planen. Grundkenntnisse in HTML sind von Vorteil.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-96140
Christa Rahner-Göhring
Mo 15.06.–29.06.15 jew. 18.00–21.15, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 125.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

SEO-Praxis – Aufbaukurs

Der Kurs „Gefunden! SEO Suchmaschinenoptimierung“ vermittelt Grundlagenwissen – viele Fragen tauchen aber erst später bei der Umsetzung in eigenen Projekten auf. In diesem Aufbaukurs erhalten Absolventen des ersten SEO-Kurses „Gefunden!“ eine Möglichkeit bei der Optimierung auftretende Probleme an ihrer eigenen Website mit der Referentin und den anderen TeilnehmerInnen zu beleuchten und Lösungen zu finden. Tipps und Anregungen aus aktuellen SEO-Fachthemen werden erläutert.
Voraussetzungen:
Sie haben eine eigene Website mit Vollzugriff darauf oder Sie verwalten eine solche Website. vhs-Kurs „Gefunden! SEO-Suchmaschinenoptimierung“ oder entsprechende Kenntnisse.

151-96141
Christa Rahner-Göhring
Di 07.07.15 18.00–21.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 40.00
Wir werden Sie vor Kursbeginn anschreiben. Die Referentin wünscht sich zur Vorbereitung des Kurses Kenntnis der urls, die im Kurs bearbeitet werden sollen, damit sie Kernprobleme bereits vorher identifizieren und effektiv im Kurs benennen kann.

Google AdWords

Sie wollen mit ihren Produkten oder Dienstleistungen in den Trefferlisten von Google prominent gelistet werden? Eine solche Kampagne in GoogleAdWords anzulegen, ist nicht ganz so einfach. Welches sind die richtigen Keywords? Welche Einstellungen sollten vorgenommen werden? Wie sollten Anzeigentexte formuliert werden? Welche Kosten kommen auf das Unternehmen zu? Wie kann der Erfolg der Kampagne gesteuert und gemessen werden?
Der Kurs führt in das Anlegen und den Aufbau einer AdWords-Kampagne ein. Konzeptionelle Überlegungen kommen ebenso zur Sprache wie die konkrete Umsetzung. ▸

Voraussetzungen:
Sicherer Umgang mit dem Internet und Registrierungsprozessen. Wer es schon hat: Zugangsdaten zu einem Google-Dienst. Wer es noch nicht hat: Bereitschaft, ein Google-Konto anzulegen.

151-96150
Christa Rahner-Göhring
Do 09.07.15 und Do 16.07.15 jeweils 18.00–21.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 85.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

Die Programmiersprache C++

Eine der Stärken von C++ ist die Kombination von effizienter, maschinennaher Programmierung mit mächtigen Sprachmitteln. Dabei kommt vor allem die Template-Metaprogrammierung zum Zuge, eine Technik, die eine nahezu kompromisslose Verbindung von Effizienz und Abstraktion erlaubt.
Voraussetzungen:
Der Kurs „Einführung in C“ oder entsprechende Kenntnisse.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-96360
Dirk Eisenberg
Sa 11.07.15 10.00–17.15
So 12.07.15 10.00–17.15
Sa 18.07.15 10.00–17.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 205.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

Die Programmiersprache PHP

Sie wollen dynamische Inhalte in Ihre Webseiten integrieren und setzen bereits Linux und Apache ein. Ziel ist der Einsatz von LAMP (Linux, Apache, MySQL, PHP).
Voraussetzungen:
Kenntnisse in HTML und einer Programmiersprache.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-96370
Stefan Mateescu
Sa 20.06.15 10.00–17.15
So 21.06.15 10.00–17.15
So 28.06.15 10.00–17.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 205.00
ESF-Fachkursförderung möglich.

Ein-Platinen-Computer Raspberry

Der Raspberry Pi ist der populärste der vielen sogenannten Ein-Platinen-Computer. Er ist nicht viel größer als eine Scheckkarte, günstig und extrem stromsparend und hat dennoch ausreichend Performance. Damit läßt sich beispielsweise ein Media-Center betreiben, eine Telefonanlage, einen Streaming-Client oder einfach nur einen Server für zu Hause. Es wird ausschließlich OpenSource-Software verwendet.
Voraussetzungen:
Sicherer Umgang mit dem PC und Windows. Interesse an Technik.
Materialkosten: Bausatz und Material in Höhe von voraussichtlich 80 bis 100 EUR werden im Kurs abgerechnet.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-96410
Robert Aird
Sa 27.06.15 10.00–17.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 85.00

Marke Eigenbau: der Asuro-Roboter

Staubsaugende oder Rasen mähende Kleinroboter – Roboter werden immer alltäglicher. Sie sind fasziniert und wollen mehr wissen? Ihr Einstieg in die Roboterwelt geschieht mit dem Asuro-Roboter. Er bietet einen einfachen und kostengünstigen Einstieg in die Welt der Robotik.
Der Roboter ist klein, aber fein und hat alles was ein Roboter braucht: Sensoren, um Hindernisse oder einen Linienverlauf zu erkennen, Räder, mit denen er fahren kann und eine Schnittstelle, mit der man Programme auf den Asuro laden kann. Geabaut wird von Grund auf, das heißt Bauteile sortieren, auf die Platine löten, Roboter montieren und dann selbstverständlich programmieren. Der Kurs bietet alles, was die Faszination Roboter-Selbstbau ausmacht.
Der Kurs richtet sich an Menschen mit Interesse an Computertechnik und etwas handwerklichem Geschick. Kenntnisse in Elektrotechnik sind nicht notwendig.
Materialkosten: Roboterbausatz und Material in Höhe von EUR 85.00–95.00 werden im Kurs abgerechnet.

151-96420
Oliver Beck
Fr 10.07.15 17.45–20.00
Sa 11.07.15 11.00–16.30
So 12.07.15 11.00–16.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 120.00

Schicht um Schicht: Modelle für 3D-Drucker entwerfen

Sogenannte 3D-Drucker boomen zurzeit. Steigen Sie ein in diese Welt! Entwerfen Sie am Computer einen Gegenstand, den Sie später real in der Hand halten können. Der Kurs gibt Ihnen einen Überblick über die Technik der 3D-Drucker, sowie die Zeichen-Software die Sie zur Erstellung oder Veränderung der Modelle brauchen. Wir arbeiten ausschließlich mit OpenSource-Software. Sie haben am Ende des Kurses eine Datei, die Sie via Onlinedruckdienst in 3D drucken lassen können.
Voraussetzungen:
Sicherer Umgang mit Windows, Kenntnisse in einem Bildbearbeitungsprogramm hilfreich.

151-96430
Robert Aird
Sa 04.07.15 10.00–17.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 85.00

Kommunikation – Sprechen, schreiben, sicheres Auftreten

Sicherer sprechen – besser ankommen

Ob im Beruf oder privat: immer und überall sprechen wir miteinander. Wir möchten uns mitteilen, verständlich machen, überzeugen. Oder unsere Zweifel anmelden und wirksam nachfragen. Klare Gedankenführung, reiche Sprache und Körpersprache sowie der Mut zu Selbsterkenntnis und Souveränität helfen dabei, dass wir gehört und verstanden werden.
- Gedanken ordnen (Thema, Ablauf, roter Faden)
- Sprechtechnik erlernen (Atem, Stimme, Aussprache)
- Sprechen vor Publikum üben (darstellen, ausdrücken, überzeugen)
- Rückmeldungen wirksam umsetzen (beobachten, aufnehmen, helfen)

Methode: fachlicher Input mit praktischen Übungen. Professionelles Feedback für mehr Sicherheit. Tipps für die selbständige Weiterarbeit.
Hinweis: Schreibzeug mitbringen

151-07604
Dipl. Sprecherzieher Markus Anders
Sa 06.06.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 65.00

Klar vortragen und überzeugen

Das Anliegen möglichst klar und verständlich darzustellen, reicht nicht aus für einen gelungenen Auftritt auch die Rahmenbedingungen müssen stimmen. Eine gute Vorbereitung heißt: Sie lernen sich auf die anderen Personen einzustimmen, Ihre Argumente passend und verständlich darzustellen und das Interesse des Publikums zu wecken. und einen kurzen Ausblick als Abschluss (Spannungsbogen).
– Gute Vorbereitung Einsatz von Präsentationsmedien (Flipchart, Metaplanwand)
– Lampenfieber überwinden
– Der Einsatz von Stichwortzetteln
– Die Wirkung von Körpersprache Mimik, Gestik, Bewegung
– Anfang und Schluss: Aufbau eines Spannungsbogens
– Das Publikum mitnehmen

Übungen mit Feedback, Videoaufnahmen

151-07633
M.A. Josef Büter
Sa 18.07.15 09.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 95.00

Zeichensetzung – Das verflixte Komma

Texte weisen zunehmend mehr Kommafehler auf – trotz der Erleichterungen seit der Reform. Woran liegt das?
Kommas sind Lesehilfen; sie gliedern Sätze so, dass wir sie schneller aufnehmen können. Aber Kommas werden nicht nach Sprechpausen, sondern nach Regeln gesetzt – beides deckt sich nicht immer.
In leicht verständlicher Form wiederholen wir die Regeln, erkennen Signale für die Kommasetzung, vergleichen Sätze, formen sie um und üben intensiv.

151-07656
Ingrid Klas
Mi 01.07.–15.07.15 jew. 18.00–20.15, 3-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 65.00

Kommunikationstraining mit NLP-Techniken

Sie wollen Ihre Kommunikation verbessern, stressfreier leben und arbeiten?
NLP Techniken können dabei helfen. In einer kleinen Gruppe erleben Sie ganz konkret verschiedene Methoden und können dann entscheiden, welche für Sie die geeignete Form sein könnte.
Inhalt:
– Persönliche Ressourcen erkennen
– Andere und sich selbst bewusst wahrnehmen
– Ziele erkennen und umsetzen
– Vorhandene Gefühle verändern
Methoden:
Fachlicher Input und Übungen mit Methoden aus dem Neurolinguistischen Programmieren (NLP)

151-87003
Marianne Manocchio
Sa 20.06.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 122.00

Kommunikation ohne Verdruss

Wie gelingt es mir in Kontakt mit anderen zu treten, ohne zu verletzen?
Wollen auch Sie lernen, auszudrücken, was Ihnen wichtig ist und Situationen durch gezielte Aussagen für sich selbst zu verbessern? Haben Sie das verbale Versteckspiel satt und wollen Sie als ernstzunehmender Gesprächspartner anerkannt sein? Wer Wertschätzung und Vertrauen im Miteinander aufbauen will und Gefühle ebenso wie Sachaussagen angemessen formulieren können will, der ist hier richtig.
Wir wollen mit zahlreichen Übungen Stolperfallen und unnütze Denkmuster erkennen und ein hilfreiches und selbstbewusstes Kommunizieren trainieren.

151-87005
Cornelia Ohst
Sa 04.07.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 122.00 Kleingruppe: 8 Tln.

Erfolgreich im Beruf

Wollen Sie mehr Erfolg im Beruf? Wollen Sie Ihre beruflichen Ziele mit Motivation und Leichtigkeit erreichen? Wir arbeiten sehr hart für unseren Erfolg, erreichen jedoch nicht das, was wir uns wünschen. Wenn wir dies erkennen, setzen wir uns oft voller Elan neue Ziele. Doch es hat nicht so geklappt hat, wie wir es uns erhofft haben. Die Gründe dafür sind individuell. Wichtig ist eigene hinderliche Muster zu erkennen. Dies ist der erste Schritt zu einer neuen erfolgreichen Gelassenheit. Sie haben die Chance zu erkennen, was Sie blockiert oder Ihnen immer wieder im Wege steht. Darauf aufbauend, können Sie mit etwas Übung neues Potenzial in Ihnen wecken, um zukünftig neue Erfolgskonzepte für Ihren berufl. Erfolg zu entwickeln und so auch Ihre Ziele motiviert und leicht zu erreichen. Methode: Input, Selbstreflexion, Übungen

151-87025
Regina Büchelmaier
Sa 27.06.15 09.00–17.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 122.00 Kleingruppe: 8 Tln.

Smalltalk – gewusst wie – Schnupperkurs

Small Talk ist eine gute Möglichkeit mit anderen Personen ins Gespräch zu kommen. Doch häufig entstehen peinliche Pausen und unpassende Floskeln. Wie kann ich die Person ansprechen, welche Themen sind geeignet und wie beginne ich ein Gespräch, das erfahren Sie auf eine unterhaltsame Art.

151-87060K
Anett Weber-Pöpsel
Di 26.05.15 17.00–18.30
Stadtteilbibliothek Zuffenhausen, Burgunderstr. 32, 70435 Stuttgart
EUR 5.00

Ohne Ausdruck kein Eindruck

Das Wie ist Teil jeder Botschaft! Es entscheidet fast immer darüber, ob man uns Aufmerksamkeit und Interesse schenkt, ob das, was wir sagen, auch ankommt.
Beachtung findet, wer engagiert und klar, anschaulich und mit Begeisterung spricht. Nur so lassen sich Ideen vermitteln, Interessen vertreten, Ziele erreichen.
Das Seminar will Schritt für Schritt aufzeigen und erfahrbar machen, wie sich durch sinnvolles Üben unsere rhetorischen Fähigkeiten verbessern, wie wir authentisch und wirklich frei sprechend unsere Zuhörer erreichen.

151-87100
Franz W. Kunstleben
Mi 10.06.–01.07.15 jew. 18.00–21.00, 4-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 122.00 Kleingruppe: 8 Tln.

Überzeugen, wenn's drauf ankommt

Inhaltlich sicher, beim Vortragen präsent und engagiert, mental gut vorbereitet
und entspannt, so können Präsentationen und wichtige Gespräche gelingen.
Gemeinsam werden wir Schritt für Schritt Übungswege aufzeigen, die uns solche Ziele verlässlich und erfolgreich ansteuern und erreichen lassen.
Denn Redekunst ist Übungssache; entscheidend dabei ist, dass wir auf geeignete Weise umfassend und zielführend üben, damit wir in Situationen, wo's drauf ankommt, in jeder Hinsicht vor allem auch mental gut vorbereitet sind und überzeugen können.
Zunächst werden wir an Themen von allgemeinem Interesse üben;
anschließend kann jede/r Teilnehmer/in eigene Themen und Rede-Anlässe einbringen.

151-87105
Franz W. Kunstleben
Fr 03.07.15 18.00–21.00
Sa 04.07.15 09.30–16.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 122.00 Kleingruppe: 8 Tln.

Professionelle Gesprächsführung für Einsteiger/innen

Lernen Sie entspannt, besser zu kommunizieren – Ihr Alltag wird sich enorm vereinfachen und Sie werden Ihre Ziele schneller erreichen. Wenn Sie Gesprächsstrategien und Körpersprache interessieren oder Sie schlagfertiger werden möchten, können Sie sich auf eine ungezwungene Einführung in das Thema freuen. Von Small Talk bis zur Einwandbehandlung werden Sie einen umfassenden Überblick erhalten. Über den Kurs hinaus können Sie Übungen bearbeiten, die verschiedenen Fähigkeiten trainieren.

151-87140
Stefan Kohl
Sa 20.06.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 95.00 Kleingruppe: 8 Tln.

Albtraum Vortrag? Mut zur Panne!

Je mehr Sie sich bemühen, perfekt vorzutragen, desto nervöser werden Sie!
Die Sicherheit erfahrener Redner/innen entsteht durch souveränes Meistern von Pech und Pannen.
Wir beschäftigen uns mit folgendenThemen:
– schlechte Vorträge
– Folien-Schlacht
– technischer Probleme
– Störungen/Ablenkung
– unfaire Kritik und Störer
– peinlicher Pausen
Methode: Sie halten Vorträge unter widrigen Umständen mit Pech und Pannen und lernen dabei wie Sie zukünftig besser damit umgehen.

151-87161
Andrea Herrmann
Sa 13.06.15 09.00–17.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 122.00 Kleingruppe: 8 Tln.

Reden und Ansprachen halten im Beruf

Firmenfeier, Mitarbeiterjubiläum oder Beerdigung, – Vorgesetzte und Kollegen müssen immer wieder sensible Reden und Ansprachen halten. Dabei fehlt häufig die notwendige Übung.
Wie können wir mit unserer Nervosität umgehen? Welche Hilfen geben uns Sicherheit für unser Auftreten? Was können wir tun, damit unsere Zuhörer die Rede nicht nur absitzen?
Oft werden vorgefertigte Bausteine und Phrasen geliefert, die weder zum Redner noch zum Anlass passen.
Methode: Durch praktisches Üben und professionelles Feedback gewinnen Sie mehr Vertrauen in Ihre eigene lebendige Sprache, so dass Sprechen vor Anderen zunehmend leichter wird.
Mitbringen: Schreibzeug
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-87163
Dipl. Sprecherzieher Markus Anders
Sa 11.07.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 95.00 Kleingruppe: 8 Tln.

Sprich, damit ich dich sehe (Sokrates) – Rhetoriktraining

Rhetorische und kommunikative Fähigkeiten sind heute eine Schlüsselqualifikation für den persönlichen und beruflichen Erfolg. Das allmähliche Verfertigen der Gedanken beim Sprechen (Kleist) ist unser Ziel.
Dazu gehören:
- Zusammenhänge schnell zu erfassen und anschaulich zu präsentieren
- Ausdrucksvoll und melodiös zu sprechen
- selbstsicher aufzutreten und die
- Gesprächskompetenz zu festigen und weiter zu entwickeln.

Methoden: Fachlicher Input, Übungen, Feedback, Einzel- und Gruppenarbeit
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-87170
Traute Surborg-Kunstleben
Fr 10.07.15 18.00–21.00
Sa 11.07.15 09.30–16.30
So 12.07.15 10.00–13.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 122.00 Kleingruppe: 8 Tln.

Dialog – Disput – Debatte – Argumentation

Intensiv und maßgeschneidert
Diplomatie, Ignoranz oder Angriff? Was ist in welcher Situation die angemessene Wahl?
Die Frage, welche Form des sprachlichen Verhaltens man wählt, hat oft etwas mit dem persönlichen Charakter zu tun. Man sollte es aber nicht dem Zufall oder der unbedachten Leidenschaft überlassen, besser ist die überlegte (reflektierte) und damit überlegene Wahl der rhetorischen Mittel. Es geht sowohl um optimales diplomatisches Dialogverhalten als auch um effektive Schlagfertigkeit. In dieser Spannbreite des Verhaltens gibt es weitere abgestufte rhetorische Verhaltensweisen. Die beste Form die bessere Argumentation. Unser Thema: schlüssige Argumentation oder Argumentationsketten sowie anschauliche und überzeugende Bilder, Metaphern oder Skizzen.
Methode: Videoaufzeichnung
Hinweis: Der Kurs ist für 1 bis max. 3 Personen konzipiert und findet statt.
Bei Interesse können weitere Themen vereinbart werden.

151-87319
M.A. Josef Büter
Sa 13.06.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 290.00 Kleingruppe: max. 3 Tln.

Kritisieren ohne zu verletzen, konstruktiv und wertschätzend

Kritikgespräche zu führen, ist eine hohe Kunst für beide Seiten.
Als Kritikgeber ist es wichtig, dem Gesprächspartner mitzuteilen, was uns nicht gefällt ohne ihn dabei zu verletzen. Als Kritikempfänger ist es hilfreich, Kritik konstruktiv, ohne Wut oder einem Gefühl der Ohnmacht, anzuhören. Vielen Menschen gelingt dies nicht – Konflikte werden deshalb verschwiegen.
Worauf es bei einem Kritikgespräch ankommt, wie Ihr persönlicher Umgang mit Kritik ist und wie Sie auch gegenüber Vorgesetzten konstruktiv Kritik äußern können, üben Sie in einer kleinen Gruppe.
Methoden: Experteninput, Einzel -und Gruppenarbeiten, Praxisübungen, Feedback
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-87330
Regina Büchelmaier
Fr 22.05.15 18.00–21.00
Sa 23.05.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 122.00 Kleingruppe: 8 Tln.

Bauch oder Kopf – wie Sie gut entscheiden

Sie haben sich schon oft gewünscht, wie auf Knopfdruck die richtige Entscheidung zu treffen und ohne Tunnelblick alle notwendigen Kriterien zu berücksichtigen. Gute Entscheidungen zeichnen sich dadurch aus, dass sie nicht nur kurzzeitig ein Wohlgefühl verschaffen, sondern sich auch auf Dauer als richtig erweisen. Intuition ist ebenso fehleranfällig wie rein rationale Entscheidungen. Was sind die Geheimnisse von Menschen, die ausgewogen entscheiden? Sie erfahren die komplexen Hintergründe zufriedenstellender Entscheidungen nach dem 4 Stufen-Modell. Dann können Sie zukünftig Bauch und Kopf anwenden. Mit praktischen Übungen, die durchaus Spaß machen, üben Sie in entspannter Atmosphäre. Ihre Fallbeispiele helfen dabei den aktuellen Entscheidungsmodus zu ermitteln und nach Wunsch zu verändern.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-87525
Sibylle Horger-Thies
Sa 16.05.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 122.00 Kleingruppe: 8 Tln.

Konflikte transparent lösen

Sie haben den Eindruck, dass es in ihrem Umfeld zwischen Personen „brodelt" – es schwelt ein Konflikt? Oder werden Sie dazu aufgefordert zu vermitteln oder Konflikte zu schlichten? Sie haben die Möglichkeit Ihre eigene Einstellung zum Konflikt und Ihr Verhalten in Konfliktsituationen zu reflektieren und erkennen, welche Chancen in Konflikten stecken können und wie Sie die Lösung in den Mittelpunkt stellen. Ein weiterer Aspekt ist der Umgang mit den Gefühlen und die Wertschätzung der unterschiedlichen Personen. Sie trainieren auch mit Video, wie eine gemeinsame Konfliktlösung erarbeitet und anschließend umgesetzt wird. Es wird der komplette „Lebenszyklus" eines Konfliktes betrachtet. Durch intensives Üben in verschiedenen Situationen können Sie Ihren Handlungsspielraum vergrößern.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-87532
Regina Büchelmaier
Fr 12.06.15 18.00–21.00
Sa 13.06.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 122.00 Kleingruppe: 8 Tln.

Richtig benehmen – Knigge – für Jugendliche in Plieningen

Sich richtig benehmen zu können, die wichtigsten Regeln zu kennen, fördert die Selbstsicherheit und macht sympathisch.
Wir besprechen folgende Themen und üben ganz konkret typische Situationen
- Der erste Eindruck zählt.
- Grundregeln Körpersprache.
- Angemessene Kleidung
- Begrüßen, vorstellen, verabschieden.
- Small Talk mit jüngeren und älteren Personen

151-87723
Anett Weber-Pöpsel
Do 28.05.15 17.00–20.00
Zehntscheuer Plieningen, Mönchhof, 70599 Stuttgart
EUR 25.00

Stil und Persönlichkeit

High Heels – „Laufen lernen mit Haltung“

In diesem Kurs können Sie lernen, richtig und elegant auf Ihre Art und mit Ihrem individuellen Gang selbstbewusst auf High Heels zu laufen.
Sie bekommen auch Tipps und Tricks für den Alltag und die Partynacht.
Bitte mitbringen: 2 verschiedene High Heels, falls vorhanden

151-07518
Petra Walter
Fr 12.06.15 18.00–20.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 26.00

Schminkschule – Die Geheimnisse des Schminkens

Haben Sie Lust auf eine Veränderung?
Fragen Sie sich welches Make-up und welcher Ton passt zu meiner Haut?
Welche Farben an Lidschatten und Lippenstift stehen mir?
Und wie trage ich das alles auf?
Fragen wie diese oder ähnliche beantworte ich Ihnen im Laufe des Kurses.
Ich leite Sie an, wie Sie Schritt für Schritt Ihr typgerechtes und individuelles Make-up selbst auftragen und auch zuhause wieder in der Lage sind, alle Schritte alleine zu schminken.
Und ich weihe Sie in alle Geheimnisse des Schminkens ein und gebe Ihnen viele praktische Tipps und Tricks mit.
Bitte mitbringen: Stirnband, kleinen Standspiegel, wenn vorhanden Pinsel

151-07530
Diana Maier
Fr 26.06.15 18.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 38.00 inkl. Sachkosten EUR 8.00

151-07531
Petra Walter
Fr 22.05.15 18.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 38.00 inkl. Sachkosten EUR 8.00

Psychologie

Nicht ganz normal? Wenn Kinderseelen leiden

Eltern finden ihre Kinder zuweilen belastend oder machen sich Sorgen um deren Entwicklung. Alle Kinder fallen irgendwann einmal problematisch auf, doch wann sind sie wirklich psychisch krank? Kinder und Jugendliche können sich zurückziehen oder in ihren Schulleistungen nachlassen. Sie können depressiv, ängstlich oder wütend werden. Woran leiden sie? Wie ist ihre Situation zu verstehen? Das sollte frühzeitig abgeklärt werden, um den Kindern später viel Leid zu ersparen.
Dr. med. Suso Lederle im Gespräch mit Dr. med. Gunter Joas und Dipl. Psych. Béla Bartus

151-00554K
Mi 20.05.15 20.00–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 3.00/EUR 1.50 für AOK-Mitglieder

Hormone – Botenstoffe des Lebens

Sie steuern das Wachstum, sie fördern Sexualität und Fortpflanzung, sie lassen die Menschen wachen und schlafen, ja sie kontrollieren den gesamten Stoffwechsel des Organismus. Kein Wunder, wie vielfältig Krankheiten sein können, wenn z.B. die Schilddrüse, die Hypophyse, die Nebenniere oder die Eierstöcke nicht mehr normal funktionieren. Was passiert, wenn Störungen im Netzwerk eines hormongesteuerten Lebens auftreten?
Dr. med. Suso Lederle im Gespräch mit Prof. Dr. med. Ralf Lobmann

151-00555K
Mi 24.06.15 20.00–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 3.00/EUR 1.50 für AOK-Mitglieder

Frühe Förderung von Familien

Die Stadt Stuttgart bietet jungen Familien zahlreiche Angebote zur Frühen Förderung an. Dazu gehören:
- Willkommensbesuche zur Geburt des Kindes
- ein Elternbegleitbuch mit den Angeboten für Familien in Stuttgart
- Bildungsangebote in Stadtteil- und Familienzentren
- Angebote des Elternseminars
- Familienunterstützende Angebote durch Familienhebammen, Familienkinderkrankenschwestern und Familienpflege
- Beratungsangebote für junge Familien
- ...und noch vieles mehr

Die Jugendhilfeplanung beim Jugendamt Stuttgart stellt an diesem Abend einige Angebote und das Rahmenkonzept Stuttgarts zur Frühen Förderung von Familien vor.

151-31602
Carmen Kühnle-Weissflog
Di 14.07.15 18.00–20.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
gebührenfrei, Anmeldung erforderlich

Häusliche Gewalt ist keine Privatsache!

Gewalt gegen Frauen ist keine Seltenheit und kann jede Frau treffen – unabhängig von Alter, Bildungsstand, Einkommen und Herkunft! Jede siebte ist Opfer sexueller Gewalt. Die erlebte Gewalt hinterlässt Spuren sowohl im körperlichen Bereich als auch auf seelischer Ebene. Folgen sind gesundheitliche Probleme, Traumatisierung, Einschränkung des Selbstwertgefühls.
Was verbirgt sich unter dem Begriff häusliche Gewalt? Weshalb verlässt die von Gewalt betroffene Frau den gewalttätigen Partner nicht? Welche Formen der Gewalt gibt es, wie verläuft die Beziehungsdynamik in der Gewaltspirale? Wie geht es Kindern, die Gewalt gegen die Mutter erleben? Gewalt und Trauma? Welche Schutzmaßnahmen gibt es? Was kann ich tun, wenn ich mitbekomme, dass Häusliche Gewalt vorkommt?
Veranstaltung für Frauen und Männer
In Kooperation mit dem FrauenFanal

151-40004K

Cornelia Ackermann
Mi 10.06.15 18.00–20.00
TREFFPUNKT
Rotebühlplatz 28, Stuttgart
gebührenfrei, Anmeldung erforderlich

Mediation – Vermittlung im Konflikt

Laute Wortwechsel und Türenschlagen machen das Zusammenleben in der Nachbarschaft schwierig. Unversöhnlich stehen sich die Partner gegenüber, die Beziehung ist in Frage gestellt. Ein Erbfall löst Streitigkeiten aus, eine Seite droht mit Gericht.
Kränkungen, Wut oder Enttäuschungen stehen einer gemeinsamen Lösung im Weg. In diesen und vielen anderen Situationen bietet Mediation die Möglichkeit mit Hilfe einer neutralen Mediatorin/eines Mediators die Interessen aller Beteiligten zu berücksichtigen und eine Wende zum gegenseitigen Wahrnehmen und Verstehen zu bewirken. Lösungen werden sichtbar, bei denen nicht eine Seite gewinnt, sondern alle Beteiligten unter Berücksichtigung ihrer Interessen zufrieden und nachhaltig den Konflikt beenden können.
Sie lernen den Ablauf der Mediation mit Fallbeispielen und Übungen kennen.

151-40006
Birgit Claaßen
Fr 19.06.15 18.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 28.00 Anmeldung erforderlich

Einführung in die Transaktionsanalyse
Zertifizierter Grundlagenkurs 101
Die Transaktionsanalyse zählt zu den großen Schulen der Humanistischen Psychologie. Sie hat das Ziel, Menschen in ihrer Selbstbestimmung und Entscheidungsfähigkeit zu fördern. Dieser Einführungskurs gibt einen Überblick über die wichtigen Konzepte und Methoden der Transaktionsanalyse, die hilfreich sind sich und andere besser zu verstehen. Die Transaktionsanalyse erleichtert die Kommunikation zwischen Menschen, fördert gute Beziehungen und hilft alte Überlebensmuster aus der Vergangenheit in konstruktive Verhaltensmuster zu transferieren. Sie vereint in ihrer Theorie und Methodik tiefenpsychologische, kommunikations- und lerntheoretische und systemische Ansätze.
Der Einführungskurs ist erfahrungsorientiert aufgebaut mit theoretischen Inputs und Übungen.
Der Einführungskurs wird nach den Richtlinien der Europäischen Gesellschaft für Transaktionsanalyse anerkannt.

151-40008K
Brigitte Menrad-Killet
Mo–Mi 22.06.–24.06.15
10.00–17.00
TREFFPUNKT
Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 390.00 inkl. Getränke, Pausensnack
Abschluss: 101-Zertifkat
In Kooperation mit dem ITAS-Institut Stuttgart

Hypnose – was ist das eigentlich?
Seit Jahrzehnten gilt die Hypnose als wissenschaftlich anerkanntes Verfahren, das in vielen Bereichen der Medizin und der Psychotherapie, aber auch im Coaching eingesetzt wird. Hochwirksam löst Hypnose Blockaden, lindert Schmerzen und hilft bei der Verarbeitung von Traumata. Dennoch haben viele Menschen ein unklares oder gar verzerrtes Bild von Hypnose. In diesem interaktiven Vortrag erfahren Sie, wie Hypnose wirklich funktioniert und was sie leisten kann. Anhand von Fallbeispielen können Sie die Anwendungsgebiete kennenlernen. Häufige Irrtümer und Mythen werden aufgeklärt, und Sie haben Gelegenheit Fragen zu stellen. In kleinen Übungen können Sie leichte Hypnose und ihre Effekte erleben.
Nach dem Abend können Sie Hypnose in einem neuen Licht sehen – als bewährte Alternative, die in unterschiedlichen Situationen nützlich ist.

151-40010
Uwe Mock
Mi 01.07.15 19.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 16.00 Anmeldung erforderlich

Zurück zu mir auf den Wegen des Atems
In diesem Workshop wird der Atem als ursprünglicher Lebensimpuls ein Lehrmeister sein auf dem Weg zu sich selbst. Wir lernen, den Atem von selbst kommen zu lassen und ihm Raum zu seiner Entfaltung zu geben. Das geschieht, wenn wir unsere Aufmerksamkeit mit Empfindungsbewusstsein dem Innenraum unseres Leibes zuwenden. Themen des Workshops sind u. a.: Aufbau der drei Hauptatemräume über Atem, Sammlung und Empfindung. Urrhythmus und Lebensrhythmus. Hingabe und Achtsamkeit. Auflösung von Blockaden. Wachwerden alter Schmerzen und ungelebter Gefühle. Freiwerden gebundener Energien. Bilder und Erinnerungen neu verstehen und annehmen lernen. Wandlung. Bewegungs-, Atem-, und Spürübungen sind Bestandteil des Kurses. Gespräche und Bilder mit Pastellkreiden lassen den Prozess sichtbar werden.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und (Woll)Socken, Wasser zum Trinken

151-40212
Matthias Natzke
Fr 15.05.15 18.00–21.00
Sa 16.05.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 74.00

Authentisch leben – Schulung der Achtsamkeit und Intuition
Achtsamkeit, Bewusstsein, Klarheit darüber, was man wirklich will – wäre schön, wenn uns das gelingen könnte – egal ob im Beruf oder im Privaten. Aber geht das überhaupt? Ja, meint der Referent, und zeigt an diesem Abend, wie Sie mit Hilfe von Focusing, einer modernen, wahrnehmungspräzisierenden Therapiemethode, mit dem in Kontakt treten, was Sie in Ihrem Inneren wirklich fühlen und empfinden. In einfachen Wahrnehmungsübungen erhalten Sie an diesem Abend Anregungen zum achtsamen Umgang mit sich selbst und erproben die leicht erlernbaren Schritte der Focusingmethode persönlichkeitsnah an Ihren eigenen Themen.
In Kooperation mit der Stadtteilbibliothek Weilimdorf

151-40214K
Dr. Rainer Eggebrecht
Do 21.05.15 19.30–21.30
Stadtteilbibliothek Weilimdorf Löwen-Markt 1
70499 Stuttgart
EUR 4.00 (stark ermäßigte Gebühr)

Einzelcoaching

Wir beraten Sie individuell, auf Ihre Bedürfnisse und Fragestellungen abgestimmt zu beruflichen Themen wie:
- Burnout Prophylaxe: Bewusstheit über eigene Bedürfnisse und Fähigkeiten
- Work-Life-Balance
- Begleitung bei beruflichen Veränderungsprozessen
- Umgang mit Krisensituationen
- Bestandsaufnahme eigener Stärken und die Ermittlung weiteren Entwicklungsbedarfs

Personenbezogene Beratung hat zum Ziel, Menschen in Entscheidungssituationen zu unterstützen, Perspektiven zu klären, den Bezugsrahmen zu erweitern und persönliche und berufliche Neuorientierung zu unterstützen und zu begleiten.
Das Beratungsverständnis der vhs stuttgart ist ganzheitlich, ergebnis- und ressourcenorientiert: hin zu mehr Autonomie und eigenverantwortlichem Handeln. Beratung kann als Einzeltermin oder auch über einen längeren Zeitraum in Anspruch genommen werden.

Information über Inhalte und Kosten sowie persönliche Terminvereinbarung:
Ulrike Rinnert, M.A., CTA
Tel. 0711 1873-738
ulrike.rinnert@vhs-stuttgart.de

Ich pack es an und setz mich durch!
Professionelle Strategien für Frauen im Beruf und Alltag
Verhandlungen sind mit dem Erreichen von Zielen verbunden. Neben einer gründlichen Vorbereitung, die auch Alternativen bezüglich Zielen und Strategien bedenkt, gilt es auch sich die persönliche Einstellung bzw. das eigene Mentalprogramm bewusst zu machen. In welcher Situation befinden sich die Verhandlungspartner und welche Optionen sind vorhanden? Findet die Verhandlung in einer Macht- oder einer Ohnmachtsituation statt und welche Möglichkeiten gibt es, Ohnmachtsituationen zu optimieren.
Neben der Vorstellung des Harvard-Verhandlungsprinzips werden auch Beeinflussungstechniken vermittelt.
Die ausführlichen Informationen zum Kurs finden Sie mit der Kursnummer auf der Webseite.

151-87029
Dipl. Psych. Maria Hof-Glatz
Sa 13.06.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 122.00 Kleingruppe 8 Tln.

Ja! Nein! – Oder doch? Kreative Wege zu Entscheidungen
Kennen Sie das auch? Im Alltag müssen Sie immer wieder kleine und auch größere Entscheidungen fällen. Manchmal sind Sie hin und her gerissen und finden trotz vielen Nachdenkens zu keinem Ergebnis. Wie wäre es, wenn Sie Ihre nächsten Entscheidungen mal etwas anders als gewohnt angehen?
In diesem Kurs lernen Sie, kreative Methoden kennen, die nicht nur Ihr Denken erweitern, sondern auch Ihr Fühlen und Spüren mit einbeziehen. Vielfältige Übungen, die sich auch zum Selbstcoaching eignen, lassen Sie Ihre eigenen Erfahrungen machen. Dieses ganzheitliche Erleben führt Sie klarer und leichter zu Ihren Entscheidungen.

151-40216
Tatjana Ihlenburg-Grandel
Sa 13.06.15 10.00–16.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 40.00

Traum und Wirklichkeit – mit Focusing Träume und Fantasien besser verstehen
Träume, Tagträume und Fantasien sind wichtige Energiequellen, durch die wir Impulse zu Veränderung und Umorientierung erhalten können. Doch wenn wir mit einer bestimmten Traumdeutungsmethode nach feststehenden Symboldeutungen suchen, bleiben die Botschaften unserer Träume und Phantasien oft verschlüsselt und rätselhaft. Focusing – eine moderne Therapiemethode – hilft dabei, tiefere Bedeutungen der Traumbilder und Symbole individuell zu erschließen. Damit können wir unsere Sicht der Wirklichkeit um eine wertvolle Tiefendimension bereichern.

151-40218
Dr. Rainer Eggebrecht
Di 16.06.15 18.30–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 28.00 Anmeldung erforderlich

Erfolgreiches Selbstmanagement – mit Persönlichkeit und Selbstbewusstsein
Nur wenn Sie Ihr persönliches Potenzial erkennen, können Sie im Berufsleben wie auch im privaten Bereich selbstbewusst und überzeugend auftreten. Lernen Sie mehr über Ihre eigenen Verhaltensmuster und erfahren Sie, wie Sie mehr Selbstsicherheit und Selbstvertrauen gewinnen können.
– Selbst- und Fremdwahrnehmung: Wie wirke ich auf andere? Wie sehe ich mich selbst und andere?
– Meine Werte und Glaubenssätze erkennen und nutzen
– Mein Auftreten optimieren

151-40220
Petra Nägele
Sa 27.06.15 10.00–18.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 58.00

Sicher und souverän? Ja!
Was sagt Ihnen Ihre Selbsteinschätzung häufiger: ‚Das werde ich schaffen" oder ‚Wahrscheinlich schaffe ich das nicht"? Selbstsicherheit ist vor allem eine Sache der Gedanken über sich selbst, die danach im Verhalten auch für andere wahrnehmbar werden.
In diesem Seminar trainieren wir zuerst durch effektive Übungen eine positive Selbsteinschätzung, so dass sie zur alltäglichen Stütze werden kann. Im zweiten Schritt können Sie lernen und ausprobieren, wie Sie in Ihrem Verhalten mehr Sicherheit und Selbstbewusstsein ausstrahlen.
Rechnen Sie mit ‚Hausaufgaben" für Ihre Selbstsicherheit.

151-40223
Sibylle Baumgartner
So 12.07.15 10.00–17.00
So 19.07.15 10.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 98.00

Ziele? – Ziele!
Wenn Sie das tun, was Sie schon immer getan haben, werden Sie das bekommen, was Sie schon immer bekommen haben. Wenn das, was Sie tun, nicht wirkt, tun Sie etwas anderes!
Inhalt:
– Herausarbeiten bewußter und unbewußter Ziele
– Zielfindungsstrategien
– Finden von Wahlmöglichkeiten und Ressourcen
– Effektive Zielbestimmung (outcome frame)
– Checkliste zur erfolgreichen Umsetzung
Mit Verfahrensweisen und Techniken des NLP (Neuro-Linguistischen Programmierens).

151-40224
Marianne Manocchio
Sa 18.07.15 09.30–18.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 62.00

Single-Treff am Sonntag 50+/-
Gemeinsam mit anderen Singles den Sonntag verbringen, anstatt allein zu Hause? Warum eigentlich nicht? Ich bin dabei! Zusammen mit anderen Singles macht es einfach mehr Spaß, Streifzüge durch Stuttgart zu unternehmen. Miteinander entdecken wir Kulturelles oder Kulinarisches, Stadtparks oder Stadtviertel, ganz nach Ihren Wünschen.
Den ersten Termin plane ich, die Folgetermine gestalten wir in der Gruppe.

151-40300
Ines Schaber
So 17.05.15 14.00–17.00
So 14.06.15 14.00–17.00
So 12.07.15 14.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 60.00 Getränke und Eintritt sind nicht in der Kursgebühr enthalten

Was uns zusammenhält
Ressourcen- und Schatzsuche für Paare
Von Zeit zu Zeit der eigenen Beziehung einen Oasentag für einen „Beziehungscheck" zu gönnen, kann das Miteinander neu inspirieren und beleben.
In der Distanz zum Alltag wird das Leichte und Schöne des Miteinanders wieder entdeckt und belebt, so können auch im Umgang mit Schwierigkeiten neue Wege gefunden werden. In einem geschützten und wertschätzenden Rahmen werden an diesem Tag inhaltliche Impulse angeboten, sowie kleine Übungen und Austauschrunden auf Paarebene und in der Gruppe durchgeführt.
Willkommen sind Paare, die sich einen Tag des Miteinanders und der Begegnung schenken wollen.

151-40302
Ruth Dahlheimer
So 05.07.15 11.00–17.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 44.00

Geld und Versicherungen

Notfallvorsorge – alles geregelt für den Fall der Fälle?

Schwere Krankheit, tragischer Unfall oder plötzlicher Tod können jeden treffen und zum unerwarteten Ausfall eines Familienmitglieds oder nächster Angehöriger führen. Haben diese, wie viele Bürgerinnen und Bürger, nicht oder nur unvollständig vorgesorgt, ist dies für die eigene Familie und ggf. für das eigene Unternehmen eine Existenzbedrohung. Die Veranstaltung gibt einen praxisnahen Überblick über die rechtlichen Maßnahmen zur Notfallvorsorge von Privatpersonen und Familien – von der General- und Vorsorgevollmacht über Patientenverfügungen bis hin zu testamentarischen Gestaltungsmöglichkeiten.

151-07200
Rechtsanwalt Dr. Claudius Werwigk
Di 09.06.15 18.30–20.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 25.00

Trennung und Scheidung – so kommen Sie zu Ihrem Recht

Empfehlungen und Tipps für die Zeit vor und während einer Trennung. Sie erhalten wichtige Informationen über Scheidungsvoraussetzungen und Scheidungsfolgen.
An was muss man denken? Was muss geregelt werden?

Erörtert werden neben Fragen des Unterhalts (für Kinder und Ehegatten) vor und nach der Scheidung auch die Vorgehensweise bei der Auseinandersetzung des Vermögens (Zugewinnausgleich) und des gemeinsamen Haushalts. Daneben werden auch die Auswirkung von Trennung und Scheidung auf die Rente, das Sorgerecht und das Erbrecht angesprochen. Weitere wichtige Stichworte: Rente, Versorgungsausgleich, Zugewinnausgleich, Hausratsteilung, Unterhalt, Unterhaltsabänderung und Unterhaltsberechnung

151-07202
Rechtsanwältin Patricia Raab
Do 25.06.15 18.30–20.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 25.00

Fallstricke für ehrenamtlich Tätige – Vereinsrecht für die Praxis

Ehrenamtliches Engagement ist weit verbreitet und verdient hohe Anerkennung. Vielfach wird jedoch unterschätzt, welche rechtlichen und steuerlichen Risiken bei Ausübung eines Ehrenamts bestehen. Persönliche Haftung, nichtige Beschlussfassungen oder Wegfall der Gemeinnützigkeit sind nur einige Beispiele dafür, welche Konsequenzen unbedachtes Handeln nach sich ziehen kann. Die Veranstaltung gibt einen praxisnahen Überblick über typische Fallstricke bei der Führung von gemeinnützigen Organisationen. Sie richtet sich insbesondere an ehrenamtliche Vorstandsmitglieder von gemeinnützigen Vereinen und Stiftungen.

151-07206
Rechtsanwalt Dr. Claudius Werwigk
Do 09.07.15 17.45–20.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 25.00

Geldanlage für die Generation 50+

Die Sparzinsen für Anleger verharren weiterhin im Keller. Wer ausschließlich in Tages- und Festgeld investiert, kann damit kaum noch die Inflation ausgleichen. Auch bei Lebensversicherungen wurde die Garantieverzinsung deutlich gesenkt. Alternativen sind gefragt.
- Aktien, Anleihen, Fonds. Wie sehen Anlagestrategien für turbulente Zeiten aus?
- Welche steuerlichen Optimierungsmöglichkeiten gibt es noch?
- Die typischen Anlegerfehler und wie Sie diese vermeiden

Attraktive Investments fernab der Börse lernen Sie in der Welt der Sachwerte kennen. Welche Chancen und Risiken bringen unternehmerische Beteiligungen, Immobilien oder Edelmetalle? Personen, die in der zweiten Lebenshälfte stehen erhalten einen Überblick über Möglichkeiten zum Kapitalerhalt und Vermögensaufbau.

151-07254
Volker Reif
Do 21.05.15 18.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 35.00

Richtig versichert – Geld gespart?

Laut Statistik hat jeder Bundesbürger sechs Versicherungsverträge abgeschlossen. Trotzdem sind viele schlecht oder nicht bedarfsgerecht versichert. So haben viele z.B. keine finanzielle Absicherung bei Verlust Ihrer Arbeitskraft und geben große Summen für nicht sinnvolle oder zu teure Versicherungen aus ohne es zu wissen. Es macht Sinn Ihre Versicherungen „in Ordnung zu bringen" und eine Übersicht über Kosten und Leistungen zu erhalten. Es gibt bei einfachen Produkten wie private Haftpflicht- oder Hausratversicherung große Unterschiede zwischen Kosten und Leistung. Sie erfahren, wie Sie sich versichern können und dabei möglicherweise noch Geld sparen.

151-07260
Rainer Bachert
Mo 15.06.15 19.00–21.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 15.00

Altersvorsorge für Selbstständige

In Sachen Altersvorsorge sind Selbständige besonders gefordert, da ihnen in der Regel keine ausreichende gesetzliche Rente zur Verfügung steht. In dem Kurs erhalten Sie einen Überblick über die vielfältigen Vorsorgemöglichkeiten und deren Funktionsweise. Da Einnahmen und Ausgaben gerade bei Selbständigen stark schwanken können, stehen Liquidität und Flexibilität bei einem Altersvorsorgekonzept an erster Stelle.
- Leistung der gesetzlichen Rentenversicherung & berufsständische Versorgungswerke
- In welchem System ist die Mitgliedschaft Pflicht? Lohnt sich ein freiwilliger Schutz?
- Rürup- und Riester-Rente für Selbständige. Wie unterstützt Sie der Staat?
- Welche Vorteile bietet Ihnen die private Altersvorsorge?
- Unfall, Krankheit und Berufsunfähigkeit – welchen Schutz benötigen Selbständige?

151-07264
Volker Reif
Sa 13.06.15 11.00–14.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 15.00

Arbeitsunfähigkeit

Was passiert finanziell bei Arbeitsunfähigkeit, Berufsunfähigkeit, Minderung der körperlichen oder geistigen Leistungsfähigkeit oder bei Pflegebedürftigkeit? Die gesetzlichen Versicherungsträger stellen hier nur eine Grundabsicherung. Wie können sich unterschiedliche Personengruppen Kinder, Berufstätige, Rentner, kaufmännisch oder körperlich tätige Personen richtig absichern? Lernen Sie bezahlbare und wirkungsvolle Lösungen kennen.

151-07266
Rainer Bachert
Mo 08.06.15 19.00–20.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 15.00

Mit der richtigen Zahnzusatzversicherung ein Privatpatient sein?

Sie wollen als gesetzlich Versicherte(r) durch eine private Zahnzusatzversicherung Privatpatient beim Zahnarzt werden? Sie erhalten einen professionellen Einblick hinter die Kulissen dieser Produktwelt.
- Für wen lohnt sich eine solche Absicherung überhaupt?
- Was sollten Sie tun, damit Sie im Leistungsfall auch Geld vom Versicherer bekommen?
- Wo unterscheiden sich die Angebote und im Kleingedruckten?
- Gibt eine Lösung unabhängig vom Zahnbefund und Alter der/des Patient/in.
- Helfen Ihnen Vergleichsrechner im Internet und Finanztest nicht wirklich weiter?

151-07268
Rainer Bachert
Mo 22.06.15 19.00–20.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 15.00

KOCHEN UND GENIESSEN IM SOMMER 07

Foto: Peter Leiber

Für Einsteiger

Kochen lernen nach Grundrezepten
Kochen ist keine Zauberei – kochen und backen können Sie lernen mit den „Grundrezepten" von Luise Haarer. Mit diesen Grundrezepten lassen sich eine Vielfalt neuer Rezepte einfach herstellen – würzige, scharfe oder süße Gerichte. Sie üben die Basics des Kochens und erleben wie schnell Sie abwechslungsreich und schmackhaft kochen können. Alle Gerichte können Sie nach dem Kochen gemeinsam genießen. Sie erhalten Rezepte, die Sie einfach zu Hause nachkochen können.

151-53160
Andrea Edwards
Mo 08.06.–06.07.15 jew. 18.00–21.30, 5-mal
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 132.00 inkl. EUR 38.00 Lebensmittel

Gemeinsam Kochen – voneinander lernen
Wir kochen gemeinsam einfache Rezepte und lassen uns das schmackhafte Ergebnis anschließend in Ruhe gut schmecken. Für Menschen ohne Behinderung ist dieser Kurs ein Angebot zur Entschleunigung des hektischen Alltags. Genießen Sie stressfreies Lernen nach Ihrem eigenen Tempo und in persönlicher Atmosphäre! Hinweis: Bitte melden Sie sich bei Katrin Wahner an: (0711 1873-717, katrin.wahner@vhs-stuttgart.de)

151-53210
Gertrud Bader
Di 21.07.15 17.00–21.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 41.00 inkl. EUR 20.00 Lebensmittel
bereits ermäßigte Gebühr
Betreuer sind gebührenfrei
Kleingruppe max.12 Personen
Anmeldung: 0711 1873-717
katrin.wahner@vhs-stuttgart.de
Bitte geben Sie an, ob Sie eine Kursassistenz mitbringen bzw. benötigen.

vhs Inklusion

Für Geübte

Brot, Dips und Aufstriche fürs Sommergrillen
Die Grillsaison rückt immer näher. Begeistern Sie in diesem Sommer Freunde und Familie mit selbstgebackenen Broten und passend dazu, mit leckeren Aufstrichen. Tolle und einfache Rezepte für zu Hause, die Sie problemlos abwandeln können. Mit Kräutern, Gewürzen, Nüssen, Früchten oder auch getrockneten Gemüsen können Sie der Kreativität freien Lauf lassen und Woche für Woche andere Formen und Abwandlungen testen. Sie lernen, welche Zutaten problemlos verwendet werden können, welche Grundlagen beim Backen zu beachten sind und wie Sie das beste Ergebnis erzielen. Passend dazu bereiten wir verschiedene Dips und Aufstriche zu, die auf keiner Grillparty fehlen sollten; oder auch, schön verpackt, verschenkt werden können.

151-53230
Christian Weber
So 21.06.15 11.00–14.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 43.00 inkl. EUR 16.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Pfannengerichte – eine runde Sache
Pfannengerichte und Gratiniertes sind meist unkompliziert, vielseitig, gut vorzubereiten und extrem lecker. Mit wenig Geschirr, verschiedenen Zutaten, die sich problemlos kombinieren lassen und praktisch als Imbiss für das Büro, sind Pfannengerichte eine runde Sache – für den kleinen Haushalt oder für den Single und nie langweilig.

151-53270
Ursula Weinberger
Di 19.05.15 18.15–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 34.00 inkl. EUR 9.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

After-Work-Cooking: Süße & salzige erfrischende Snacks für den heißen Sommer
Raffinierte Ideen für die schnelle, unkomplizierte Küche nach dem alltäglichen Stress.
Wer steht im Sommer gern lange in der Küche? Ein Gemüse-Carpaccio, knackige Salate oder auch ein kühle Süßspeise sind hier ideal: Ob Mandel-Rapunzelsalat mit karamellisiertem Filet, geeiste zweifarbige Avocado-Tomaten-Suppe, Gurken-Melonen-Carpaccio mit Ziegenkäse, zubereitet sind die frischen Gerichte zügig und schmecken raffiniert. Rezeptänderungen sind aus Saisongründen möglich.

151-53330
Karina Schmidt
Di 23.06.15 17.45–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 44.00 inkl. EUR 15.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Kulinarische Weltreise: Gar nicht spießig – köstliche Spieße
Als Fingerfood oder bei jeder Party sind diese köstlichen und abwechslungsreichen Spieße ein Hingucker und sehr beliebt. Ob vegetarische Zitronengras-Spieße aus Thailand, indische Satay-Sticks, amerikanische Kartoffel-Käsespieße, pikanter Erdbeersalat mit Poulet-Sticks: diese Spieße, die wir gemeinsam zubereiten und anschließend genießen, sind garantiert nicht spießig.

151-53340
Karina Schmidt
Do 21.05.15 17.45–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 44.00 inkl. EUR 15.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Das Freitags-Experiment – reloaded
Eine Herausforderung ganz besonderer Art: Was würden Sie zum Beispiel aus einem Kilo Paprika, Zanderfilet, Kokosnuss, einem Bund Mangold, Hibiskusblüten, Galgant und Liebstöckl kochen? Und das ohne Rezept? Hier geht es ans Eingemachte. Ihnen wird ein Korb mit saisonalen und frischen Zutaten und verschieden Gewürzen und Kräutern zur Verfügung gestellt, aus denen ein vier- bis sechsgängiges Menü gezaubert werden soll. Der Plan entsteht gemeinsam in der Küche. Es gibt keine Vorgaben und damit sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt. Ein paar frische Zutaten und schon geht es los. Sie werden staunen, was sich daraus alles zaubern lässt. Solide Grundkenntnisse beim Kochen sollten vorhanden sein.

151-53500
Karina Schmidt
Fr 19.06.15 17.00–22.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 54.00 inkl. EUR 18.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Für Kinder und Jugendliche

Spanisch Kochen
für Kinder ab 10 und Eltern
Kochst Du gerne? Hast Du Lust etwas Neues auszuprobieren? Na dann schau doch mal mit einem Deiner Eltern, Oma, Tante... bei uns im Spanischkochkurs vorbei. Wir freuen uns auf einen aufregenden Nachmittag an dem wir mit Euch zusammen verschiedene Tapas und süße Gerichte zaubern und gemeinsam genießen werden.

151-53110
Victoria Ortiz García-Mühlich
Sa 23.05.15 10.00–14.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 52.00 Preis für 1 Kind mit 1 Erwachsenen
inkl. EUR 12.00 Lebensmittel
bereits ermäßigte Gebühr

An den Mixer fertig los! Powerdrink – Smoothie
für Jugendliche ab 14 Jahre
Hast Du Lust Dir Deine eigenen Smoothie-Kreationen zu mixen? Und nebenher so einiges über das leckere vitalstoffreiche „Fitness-Getränk" und seine knackigen Zutaten zu erfahren?
Dann bist Du hier richtig!
Hier gibt es köstliche Ananas, Orangen, Äpfel, Beeren, Nüsse, Kokosmilch, Gurken, Paprika, Wildkräuter und vieles mehr um was ganz Neues auszuprobieren.
Alle Smoothies sind glutenfrei und laktosefrei.
Bitte mitbringen: Geschirrtuch, Messer, Brettchen und Behälter für Kostproben, evtl. Getränk.

151-53120
Annette Freder
Di 14.07.15 16.00–20.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 34.00 inkl. EUR 8.00 für Smoothies
bereits ermäßigte Gebühr

Gesund ernähren – fit bleiben

Getreide – Grundnahrungsmittel oder Grund für ernährungsbedingte Krankheiten
Vortrag mit Diskussion
Es gibt Ernährungsweisen wie Paleo- (Steinzeitdiät) und „low carb", die ganz oder teilweise Kohlehydrate aus dem Ernährungsplan streichen und lassen uns damit verunsichert zurück, nenn wir die Evolution der Ernährung betrachten. Die Menschheit hat sich ab der Kultivierung von Getreide schnell und in Riesenschritten entwickelt. Es stimmt: Das Gehirn benötigt mehr als die Hälfte der Kohlenhydrate aus unserer Nahrung. Es stimmt auch, das Getreide enthält teils schwer verdauliche und Nährstoff hemmende Stoffe. Gibt es also eindeutige Empfehlungen für oder gegen Getreide? Erfahren Sie mehr darüber.

151-53009
Dipl. Ökotrophologin Susanne Haller-Sadiq
Mi 01.07.15 17.45–19.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 8.00 Anmeldung erforderlich

Reizdarm – wenn der Darm verrückt spielt
Reagiert Ihr Darm auf unterschiedliche Reize, wie z. B. Stress, Sorgen oder auch auf bestimmte Lebensmittel, empfindlicher als normal? Ist Ihre Lebensqualität dadurch schon eingeschränkt? Hier erfahren Sie, welche Faktoren dazu führen können, die Symptome des Reizdarms auszulösen, wie Sie sich richtig ernähren, welche Lebensmittel Sie grundsätzlich meiden sollten sowie viele Tipps aus der Praxis.

151-53020
Ernährungsberaterin Manuela Scheu
Fr 19.06.15 18.15–21.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 16.00 Anmeldung erforderlich

Milchzuckerunverträglichkeit (Lactoseintoleranz)
Leiden Sie an Milchzuckerunverträglichkeit und möchten wissen, wie Sie sich trotzdem gesund und genussvoll ernähren können? In diesem Kurs erfahren Sie die Hintergründe und die Auswirkungen dieser Unverträglichkeit und wie Sie sich im Dschungel der Lebensmittel die richtigen Lebensmittel finden und welche Lebensmittel Sie meiden sollten. Erfahren Sie, wie Sie Mangelerscheinungen vorbeugen können und erhalten Sie Tipps für den Alltag.

151-53040
Ernährungsberaterin Manuela Scheu
Do 02.07.15 18.15–21.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 16.00 Anmeldung erforderlich

Schon gewusst...

Wir bieten auch Kurse zum Thema glutenfreie und vergane Küche an

Vegetarische und vegane Küche

Italienisch und vegan kochen im Sommer
Sie wollten sich schon immer vegan ernähren, aber können nicht auf italienische Spezialitäten wie Bolognese Sauce und Tiramisu verzichten? Sie erfahren wie man italienische Köstlichkeiten auch vegan zubereiten kann. Bolognese oder alla Carbonara, Tiramisu, Panna-Cotta und weitere typisch italienische Rezepte werden gemeinsam gekocht. Denn: italienisch und vegan schmeckt. Auch bei Lactoseintoleranz und Tiereiweißallergie geeignet.

151-54480
Lucia Vimercati
Mi 24.06.15 17.45–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 48.00 inkl. EUR 12.00 Lebensmittel
Kleingruppe 8 Personen

Vegetarisches Blind Date für Singles
Auch für Veganer geeignet
Nach Feierabend soll es schnell gehen, aber auch mal anders?
Wir kochen zusammen in geselliger Runde gesunde und abwechslungsreiche vegetarische Gerichte mit Gemüse und Soja-Produkten. Alle Rezepte in diesem Kurs sind alltagstauglich und in max. 30 Minuten nachkochbar, dazu gibt es jede Menge Tipps und Tricks.

151-53540
Ilona Timmermann
Fr 24.07.15 17.45–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 35.00 inkl. EUR 14.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Schon gewusst...

151-53340
Kulinarische Weltreise: Gar nicht spießig – köstliche Spieße Fingerfood

Vegetarisch kochen – abwechslungsreich und raffiniert
Sie suchen (neue) Ideen für vegetarische Gerichte, nicht nur Salat oder Beilagen? Wir werden vollwertige vegetarische Gerichte aus reichlich Gemüse und Getreide, Milch, Milchprodukten und Eiern zubereiten, die Ihnen Lust auf neue Zubereitungsarten und Kombinationen machen, und Ihrem Gaumen einige schöne Erlebnisse bereiten.

151-54310
Ursula Weinberger
Do 23.07.15 18.15–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 42.00 inkl. EUR 10.00 Lebensmittel
Kleingruppe 8 Personen

Rohkost – vegan
Rohkost ist der neueste Trend in der gesunden veganen Küche. Weil: „Lebensmittel zu erhitzen, die Erfahrungswerte reduziert und uns ungesund macht". Hier lernen Sie die Grundlagen der Rohkost-Küche kennen. Wir werden zusammen leckere Carpaccios und Tartare, Gemüse-Spaghetti mit geschmacksvollen Saucen, Couscous und eine feine Nachspeise zubereiten und essen. Auch bei Lactoseintoleranz und Tiereiweißallergie geeignet.

151-54450
Lucia Vimercati
Mi 15.07.15 17.45–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 46.00 inkl. EUR 10.00 Lebensmittel
Kleingruppe 8 Personen

Schon gewusst...

Werfen Sie doch auch mal einen Blick in unser Angebote Internationale Küche, ab Seite 72. Dort bieten wir Ihnen ebenfalls eine Vielzahl vegetarischer Angebote

Glutenfrei und vegan kochen
Vegan und gleichzeitig glutenfrei essen, ist sehr einfach. Kochen Sie mit uns ein geschmackvolles Menü und lassen Sie sich dazu inspirieren zu Hause weiterzumachen. Glutenfreie Getreide, Hülsenfrüchte, Gemüse und Obst sind Zutaten um leckere Köstlichkeiten zu kochen. Von der Vorspeise bis zur Nachspeise werden Sie auf nichts mehr verzichten müssen. Auch bei Lactoseintoleranz und Tiereiweiß-Allergie geeignet.

151-54470
Lucia Vimercati
Mi 17.06.15 17.45–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 48.00 inkl. EUR 12.00 Lebensmittel
Kleingruppe 8 Personen

Vegetarisches aus der türkischen Küche für Anfänger/innen geeignet
Wir werden gemeinsam bekannte vegetarische Gerichte aus der türkischen Küche zubereiten. Dazu gehört eine Joghurtsuppe mit Reis, Zigaretten-Börek und Tzatziki. Es gibt grüne Bohnen und gefüllte Auberginen. Außerdem machen wir vegetarische Köfte mit roten Linsen und Couscous. Zum Nachtisch backen wir einen grünen Spinatkuchen mit Sahne.

151-54930
Hülya Al
So 07.06.15 12.00–16.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 36.00 inkl. EUR 6.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Kochen an der ökostation

Ein besonderes Handwerk ist das Kochen mit Wildpflanzen und -kräutern. Geschmacklich sind Wildkräuter kaum mit anderen Mitteln nach zu ahmen und geben allen Gerichten ihre charakteristische Note.

Wildkräuter – die wiederentdeckten „Un"-Kraut-Delikatessen aus der Natur

Jede Jahreszeit bietet die Gelegenheit, unsere heimischen, leider oft missachteten, Wildkräuter zu erkunden. Wildkräuter sind keine Unkräuter, sie überraschen selbst Gourmets durch ihre unnachahmlichen Aromen. Viel zu schade, um sie achtlos auszureißen. Ein paar Grundregeln und Ratschläge sind beim Sammeln allerdings zu beachten, sodass nur die essbaren Delikatessen auf den Tisch kommen. Wir sammeln und bestimmen die jahreszeitlich wachsenden Wildkräuter, verarbeiten dies zu einem 4-Gänge-Menü, das wir dann gemeinsam genießen wollen.
Bitte bringen Sie Gläser oder Plastikschüsseln mit, falls etwas übrig bleibt.

151-58116
Suse Eberhart
So 14.06.15 10.00–15.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 45.00 inkl. EUR 15.00 Lebensmittel

Gibt Kräutern Süßes und Saures...

Gewürze herstellen, aromatisieren und naturnah haltbarmachen

Kräuter einlegen ist keine Erfindung aus der Zeit unserer Großmütter, sondern neben dem Salzen und dem Trocknen eine der ältesten Haltbarmachungsmethoden. Man weiß, dass bereits die Ägypter und Römer ihre Nahrungsmittel auf diese Weise haltbar machten. In diesem Kurs wollen wir, ohne Einsatz von Energie (wie z.B. einkochen), Kräuter, Beeren und Blüten einlegen und/oder als Gewürz verarbeiten. Um gute Ergebnisse und eine längerfristige Konservierung zu gewährleisten, sollten ein paar Punkte beachtet werden. So erhalten wir Resultate gleich derer unserer Großmütter.
Bitte verschließbare Gläser, (möglichst dunkle) Flaschen und Geschirrtücher mitbringen.

151-58140
Suse Eberhart
Fr 26.06.15 16.00–19.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 20.00 inkl. EUR 6.00 für Material und Lebensmittel

Gesunde Rohkostküche mit essbaren Wildkräutern

In Kooperation mit der Naturheilgesellschaft
Zunächst wird in einem einleitenden Vortrag die heutige Bedeutung der essbaren Wildpflanzen für eine gesunde Ernährung erläutert, danach die wichtigsten (d.h. gesund und alltagstauglich) essbaren Wildpflanzen der aktuellen Saison vorgestellt. Bei einem Rundgang durch die umliegende Natur sammeln wir gemeinsam, bereiten anschließend einen abendlichen Imbiss zu und genießen diesen im angenehmen Ambiente der Ökostation auf dem Wartberg.

151-58260K
Markus Strauß
Do 21.05.15 17.00–21.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 55.00/EUR 45.00 für Mitglieder der Naturheilgesellschaft, Nachweis notwendig
Mitglieder der Naturheilgesellschaft erhalten eine Ermäßigung auf die Anmeldung. Wenden Sie sich hierfür an Hana Bruger (Tel 0711 1873-835 oder hana.bruger@vhs-stuttgart.de) oder an die Anmeldung am TREFFPUNKT Rotebühlplatz. Nachweis über Mitgliedschaft notwendig. Danke.

151-58261K
Markus Strauß
Fr 22.05.15 17.00–21.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 55.00/EUR 45.00 für Mitglieder der Naturheilgesellschaft, Nachweis notwendig
Mitglieder der Naturheilgesellschaft erhalten eine Ermäßigung auf die Anmeldung. Wenden Sie sich hierfür an Hana Bruger Ttel 0711 1873-835 oder hana.bruger@vhs-stuttgart.de) oder an die Anmeldung am TREFFPUNKT Rotebühlplatz. Nachweis über Mitgliedschaft notwendig. Danke.

Internationale Küche

Schonend und einfach – kochen mit dem Bratschlauch

Mit dem Bratschlauch lassen sich geschmackvolle und vor allem fettarme Rezepte zubereiten. Das Garen in einem geschlossenen System (Bratschlauch) sorgt für ein besonders intensives Geschmackserlebnis bei Fleisch, Fisch oder Geflügel und bei Gemüse, durch die schonende Zubereitung ohne zusätzliches Fett. Außerdem bleibt der Backofen sauber und zeitraubendes Reinigen entfällt.
Wir kochen gemeinsam und genießen orientalische Rezepte mit einer französischen Note, mit Wein und Musik.

151-54760
Ahmed El Amine
Fr 12.06.15 17.45–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 41.00 inkl. EUR 12.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Die umbrische Küche

Umbrien ist die einzige Region Italiens, die nicht ans Meer grenzt. Fisch kommt aus Flüssen und Seen und in den fruchtbaren Tälern werden Schweine und Schafe gezüchtet. Wir werden an diesem Abend ein Buffet aus landestypischen Gerichten kochen und mit regionalen Weinen gemeinsam genießen. Kaffee und Grappa runden das Ganze stilvoll ab.

151-54810
Jürgen Nädele
Do 11.06.15 18.00–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 40.00 inkl. EUR 13.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Alpenländisches Sommerbuffet – mediterran und herzhaft

Kommen Sie mit auf eine kulinarische Entdeckungsreise durch die Alpen. Es verbindet sich mediterrane Eleganz mit alpiner Herzhaftigkeit. Wir werden zusammen ein Buffet aus leichten und doch typischen alpenländischen Gerichten wie Zander in Bärlauchkruste oder Kaninchen in einer leichten Senfsauce kochen und mit einem typischen Wein genießen. Herzhafte Beilagen wie Knödel oder Krapfen dürfen jedoch nicht fehlen.

151-54820
Jürgen Nädele
Do 18.06.15 18.00–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 40.00 inkl. EUR 13.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Tapas

Spanien lässt grüßen! Tapas – als Kleinigkeiten zu Wein oder Sherry – sind einfach vorzubereiten, abwechslungsreich und immer beliebt. Schon probiert?

151-54850
Victoria Ortiz García-Mühlich
Fr 03.07.15 17.45–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 33.00 inkl. EUR 12.00 Lebensmittel

Spanischer Abend

Ein kaltes und warmes Buffet mit Tapas, einem Hauptgericht aus Fisch oder Fleisch und einem Dessert.

151-54860
Victoria Ortiz García-Mühlich
Fr 10.07.15 17.45–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 41.00 inkl. EUR 12.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Kulinarische Weltreise: Petiscos, Piripiri & Bacalhau

Das sonnenverwöhnte Portugal, das Land des Portweins und der Seefahrer, besitzt eine einzigartige Landesküche. Dank der Seefahrt bereicherten schon früh exotische Kräuter und Gewürze die landestypischen Gerichte. Der salzig-aromatische Bacalhau (Stockfisch) in all seinen Variationen wurde zum Nationalgericht, während Piripiri, die kleine scharfe Chi-

lischote aus Südamerika vielen Petiscos (kleine, leckere Vorspeisen) den letzten Pfiff verleiht. Natürlich dürfen Caldo verde und Feijoada, Gerichte aus der einfachen, aber schmackhaften Küche Portugals, nicht fehlen.

151-54870
Karina Schmidt
Di 12.05.15 17.45–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 44.00 inkl. EUR 15.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Vegetarisches aus der türkischen Küche für Anfänger/innen geeignet
Wir werden gemeinsam bekannte vegetarische Gerichte aus der türkischen Küche zubereiten. Dazu gehört eine Joghurtsuppe mit Reis, Zigaretten-Börek und Tzatziki. Es gibt grüne Bohnen und gefüllte Auberginen. Außerdem machen wir vegetarische Köfte mit roten Linsen und Couscous. Zum Nachtisch backen wir einen grünen Spinatkuchen mit Sahne.

151-54930
Hülya Al
So 07.06.15 12.00–16.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 36.00 inkl. EUR 6.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Die afrikanische Küche
So vielfältig wie die Bewohner Afrikas ist auch die Küche der verschiedenen Regionen. Typisch sind Gerichte mit einfachen Zutaten, die raffiniert zubereitet und gewürzt werden. Fleisch oder Fisch gehören zu Gerichten unbedingt dazu. Ein Muss sind Zwiebeln, Tomaten auch Yams oder Maniok, Erdnüsse und Kochbananen gehören dazu. Ganz wichtig sind besondere Pfeffersorten, die den besonderen Geschmack und den Unterschied ausmachen.
Gegessen wird gerade in Dorfgemeinschaften in geselliger Runde – Gemeinsamkeit ist uns wichtig, nicht nur beim Essen.

151-55080
Ckukwuma Onyeali
Di 09.06.15 17.45–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 44.00 inkl. EUR 15.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Die Küche Südafrikas – schmackhaft und farbenfroh
Wir kennen viele Weinsorten aus Südafrika und wissen die Qualität und den Geschmack zu schätzen. Über die Küche wissen wir nur wenig. Typische Gerichte und die Art der Zubereitung einer Region, in der sich die Einflüsse aus drei Kontinenten – Europa, Asien und Afrika – auf eine unkomplizierte Weise verbinden, sind uns unbekannt. Doch das macht die Küche der „rainbow nation" so einmalig schmackhaft, abwechslungsreich und farbenfroh. Gemeinsam kochen wir typische Gerichte und genießen dazu den passenden Wein – selbstverständlich aus Südafrika. ▸

151-55090
Ahmed El Amine
Fr 22.05.15 17.45–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 41.00 inkl. EUR 12.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Typisch brasilianisches Fingerfood
Ein Fest in Brasilien wäre undenkbar, ohne dass Häppchen serviert werden. Entdecken Sie Ihre Kreativität bei der Zubereitung typischer brasilianischer Leckereien wie Pão de Queijo, Coxinha de Galinha, Pastéis, Empadinhas, Quibe. Das sind nur wenige Beispiele für die Vielzahl verschiedener Häppchen. Ein Dessert und ein weltbekanntes Getränk gehören dazu! Sie und Ihre Gäste werden es mögen!

151-55100
Iracy da Silva Mahler
Mi 22.07.15 17.45–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 39.00 inkl. EUR 10.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Die brasilianische Küche – Samba in der Küche
Do jeito que seu Nego Gosta
Das noble Essen ist in Brasilien sehr anspruchsvoll. Wir werden einige Gerichte der afro-brasilianischen Küche aus dem Nordosten Brasiliens (Cuscuz) in verschiedenen Varianten (süß und salzig) kochen. Für den typischen Schwung sorgt während des gemeinsamen Kochens ein weltbekanntes Getränk.

151-55110
Iracy da Silva Mahler
Sa 27.06.15 10.00–14.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 39.00 inkl. EUR 10.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Asiatische Küche: Leckere Gerichte aus Indo-China
Im Kurs werden verschiedene Gerichte aus den Ländern zwischen Indien und China wie z. B. Mayanmar, Thai, Laos, Vietnam und Indonesien zubereitet und gekocht. Es gibt Suppe, verschiedene Curry-, Reis- und Nudelgerichte und eine Nachspeise. Ein vielfältiges und gesundes Menü mit frischen Kräutern, Gemüse und Obst. Ein einfaches Kochen mit exotischen Gewürzen aus dem Fernosten.

151-55145
Pakwipa Strahl
Do 30.07.15 17.45–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 42.00 inkl. EUR 13.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Asiatische Küche: Indisches Curry und Currymischungen
Es werden verschiedene indische Curry aus verschiedenen asiatischen Ländern mit frischen Kräutern und indischen Gewürzen zubereitet, z. B. Madras-Currytaschen, Balti-Curry, Malay-Curry, Java-Curry, Sri-Lanka-Kari. Sie lernen wie man Reis auf Bananenblättern mit Curry serviert und isst. Ein leckeres Essen nach indischer Tradition für Liebhaber der indischen Küche.

151-55150
Pakwipa Strahl
Fr 15.05.15 17.45–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 42.00 inkl. EUR 13.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Asiatische Küche: Vegetarisch kochen mit Käse „Paneer"
Gesundes Kochen ohne Fleisch und ohne Fisch mit viel Gemüse und frischem Obst.
Gerichte ohne Fleisch und ohne tierische Produkte werden zubereitet und im Wok gegart. Paneer ist ein indischer Käse, der ganz einfach selbst herzustellen ist und Fleisch auf eine leckere Art ersetzen kann. Auch Sojaprodukte, Nüsse und verschiedene Bohnen so wie Tofu, Sojasprossen und Soja-Geschnetzeltes werden mit Gemüse und mit frischen Kräutern gekocht und gebraten. Die Rezepte sind aus Indien, China und Indonesien.

151-55160
Pakwipa Strahl
Sa 04.07.15 10.00–14.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 41.00 inkl. EUR 12.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Indisch vegetarischer Abend
Diesmal zaubern wir zusammen ein äußert leckeres Gericht aus Eiern, das Vegetarier und Nicht-Vegetarier begeistern wird. Dazu bereiten wir Okra (indisches Gemüse) und backen Paratha (indisches Brot). Der Nachtisch bleibt eine Überraschung. Wenn Sie wissen wollen, wie gut vegetarisches indisches Essen schmecken kann, dann sollten Sie diesen Termin nicht vergessen. Bis dann Namaste.

151-55250
Jaswinder Kaur Mann
Do 16.07.15 17.45–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 39.00 inkl. EUR 10.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Traditionelle indische, vegetarische Familienrezepte
Natürlich ist das Gemüse das Herz der vegetarischen Küche; aber auch die verschiedenen Gewürze, raffinierten Gewürzmischungen und die unterschiedlichen Zubereitungsformen machen die indische vegetarische Küche so unverwechselbar und abwechslungsreich. Die Kochbuchautorin kocht mit Ihnen „Traditionelle Familienrezepte" von der Vorspeise bis zum Dessert. Einfach probieren!

151-55260
Harsha Oza
Sa 30.05.15 10.30–15.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 42.00 inkl. EUR 10.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen ▸

151-55270
Harsha Oza
Sa 20.06.15 10.30–15.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 42.00 inkl. EUR 10.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Die indische und pakistanische Küche
Ein kleiner Abstecher in die Geheimnisse der indischen und pakistanischen Küche mit Interessantem aus erster Hand zu Land und Leuten aus dieser Region. Sie lernen viele typische Gerichte und spezielle Gewürze aus beiden Ländern kennen. Dazu gehören: als Vorspeise „Pakoray", als Hauptgang „Biryani, Chicken Karhai oder Chicken Tikka" mit Beilagen wie „Naan Brot" und Basmati Reis. Nicht zu vergessen der köstliche Nachtisch.

151-55290
Shereen Ahmed
Sa 11.07.15 17.45–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 42.00 inkl. EUR 13.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Die balinesische Küche
Die balinesische Küche, als Teil der Küche Indonesiens, ist kontrastreich und doch harmonisch. Süß, sauer und salzig werden immer kombiniert. Sie erleben die Bedeutung der verschiedenen Gewürze für die verschiedenen Gerichte. Wir kochen gemeinsam als Vorspeise eine Hähnchensuppe mit Glasnudeln und Sojasprossen, als Hauptgericht: Gado-gado Ayam Bakar (gegrillte Hähnchen auf verschiedenem Gemüse mit Erdnusssoße und Reis), als Nachtisch: Dadar Unti (Kokosmilch-Pfannkuchen mit Kokosnussfüllung).

151-55310
Yasmin Asih Scheiber
Mi 08.07.15 17.45–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 44.00 inkl. EUR 15.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Buddhistische Küche in Vietnam – eine traditionelle vegane Esskultur
Die vegane Ernährung blickt in Vietnam auf eine Jahrhunderte währende Tradition zurück. Buddhistische Mönche verzichten aus religiöser Überzeugung vollständig auf den Verzehr tierischer Produkte und sind dennoch stets um eine ausgewogene Ernährung bemüht. Deshalb gibt es seit Generationen eine Vielzahl veganer Speisen, die immer weiterentwickelt werden. Ohne Tofu, in vielen Formen und Geschmacksrichtungen, als lebensnotwendigen Eiweißlieferanten ist eine buddhistische Festtafel nicht vorstellbar. Auf dieser Basis kreieren wir gemeinsam mehrere würzige und schmackhafte Gerichte, die auch zu Hause leicht nachzukochen sind. Zum Ausklang genießen wir gemeinsam unser buddhistisches Mahl.

151-55360
Vi Sturm-Le
Di 30.06.15 17.45–21.45
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 41.00 inkl. EUR 12.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

Mehr als ein Getränk

Bier selbst brauen – Workshop
Bier selbst herstellen? Geht das denn überhaupt? Ja! Lernen Sie, wie Sie mit einfachen Haushaltsmitteln und ohne Vorkenntnisse selbst Bier brauen können, das sogar besser schmeckt. Genießen Sie die 6 Stunden, in denen sich alles um Bier dreht. Danach können Sie Ihr eigenes Bier brauen und schrittweise ausbauen. Sie erhalten das notwendige Fachwissen, Bier, einen passenden Imbiss und haben viel Spaß! Sie können Ihre Gäste mit einem selbst gebrauten eigenen Bier überraschen und überzeugen. Es sind weder Ausrüstung noch Material mitzubringen. Wir möchten jedoch darauf hinweisen, dass Sie im Kurs lernen ein Lebensmittel herzustellen. Ein entsprechend maßvoller Biergenuss wird erwartet.

151-54070
Christopher Janisch
Dirk Briel
Sa 06.06.15 10.00–16.00
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 86.00 inkl. Material
Kleingruppe 12 Personen
keine Ermäßigung möglich

Finishing in der Whiskyindustrie – der Einfluß gebrauchter Fässer
Eine Besonderheit der Whisky-Industrie ist die Verwendung gebrauchter Fässer. Fässer, in denen vorher andere Alkoholika (Sherry, diverse Weine, Port,...) reiften und deren Aromen und Farbe in den Whisky übergehen. Die Vielfalt an Geschmacksrichtungen, die dadurch erreicht wird, werden wir in diesem Seminar erlernen und erleben. Es werden 8 verschiedene Sorten ausgeschenkt.

151-54090
Bernhard Schulze
Philipp Graupe
Do 17.09.15 17.45–21.15
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 58.00 inkl. EUR 30.00 Getränke und Informationsmaterial

Holunderblütensirup und -sekt
Gesunde und edle Getränke
Gesunde und edle Getränke, Holunderblüten werden im vhs-Naturgarten geerntet und Sirup hergestellt. Weitere Rezepte werden besprochen.
Es werden Materialkosten von ca. EUR 2.00 im Kurs erhoben.
Bitte Schraubdeckel- oder Einmachgläser mit großer Öffnung mitbringen.

151-58135
Barbara Drescher
Di 19.05.15 18.00–20.00
Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, 70191 Stuttgart
EUR 10.00

Urkraft-Smoothies
die grünen Smoothies
Man nehme eine Handvoll Kräuter und Blätter von Bäumen, Früchte der Saison, grünes Blattgemüse und Wasser – und fertig ist die perfekte Mahlzeit!
Grüne Smoothies sind schnell zubereitet, schmecken lecker und enthalten hochkonzentrierte Vital- und Nährstoffe. Eine wahre Freude für jeden, der seinen Körper und damit sein Wohlbefinden unterstützen möchte.
Sie lernen verschiedene Wildkräuter und Blätter von Bäumen kennen, welche sich gut für Grüne Smoothies eignen. Auch auf die spezielle Wirkungsweise der einzelnen Pflanzen in Bezug auf unseren Körper wird eingegangen.

151-58220
Birgit Straka
Do 17.09.15 18.30–20.45
Elise von König Gemeinschaftsschule Münster, Nagoldstr. 7, 70376 Stuttgart
EUR 24.00 inkl. EUR 10.00 Materialkosten und einem ausführlichen Skript, damit Sie auch zu Hause das Erlernte mit Erfolg anwenden können.

Süßes und Backen

Kuchen im Glas backen
Als Geschenk für die kleine Kaffeerunde oder einfach zum selbst genießen. Kuchen im Glas zu backen ist einfach, dekorativ und der Kuchen ist länger haltbar. Wir backen verschiedene Kuchen und verfeinern sie mit Obst und Creme und erleben, wie sich die gefüllten Gläser schnell zu einem schönen, einmaligen Geschenk verwandeln. Selbstverständlich werden wir gemeinsam auch unsere Kuchen kosten.

151-53400
Daniela Gollmann
Sa 25.07.15 12.00–15.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz 28, Stuttgart
EUR 37.00 inkl. EUR 12.00 Lebensmittel
Kleingruppe 12 Personen

INFORMIEREN UND BERATEN 08

Foto: Otto Salzer

Kompetenzzentrum Beratung der vhs stuttgart im Landesnetzwerk Weiterbildungsberatung

Einen Schulabschluss nachholen – nach der Schule den eigenen Weg finden – beruflich noch mal richtig durchstarten – neue Perspektiven nach der Familienphase finden – Qualifizierung für ein ehrenamtliches Engagement?
Die richtige Weiterbildung kann dazu ein wichtiger Schritt sein.

Das **Landesnetzwerk Weiterbildungsberatung,** kurz: **LN WBB,** wird vom Land Baden-Württemberg finanziell gefördert. Zu den Mitgliedseinrichtungen gehören unterschiedliche Bildungs- und Beratungseinrichtungen, die ihnen individuelle Beratung anbieten. So auch das Kompetenzzentrum Beratung der vhs stuttgart.

Bei den LN WBB Beratungseinrichtungen steht die professionelle Beratung d.h. orientiert an Ihren Interessen und persönlichen Zielen mit kompetenten Berater/innen orientiert an definierten Qualitätsstandards im Mittelpunkt.
Die Beratung ist trägerunabhängig und kostenlos.

Das Beratungsverständnis der vhs stuttgart ist ganzheitlich, ergebnis- und ressourcenorientiert. Ziel der Beratung ist, Sie auf Ihrem Weg zu mehr Autonomie und eigenverantwortlichem Handeln zu fördern und zu begleiten.

Die vhs stuttgart bietet Weiterbildungsberatung zu folgenden Themen an:

LNWBB Landesnetzwerk Weiterbildungsberatung BW

Laufbahnberatung Schule

Grundbildung/Alphabetisierung
Grundbildungsberatung, Beratung in allen Lebenslagen.
Zielgruppe: offen für alle
Kontakt: Wolfgang Nagel
Tel. 0711 1873-737, wolfgang.nagel@vhs-stuttgart.de

Schulabschlüsse
Information und Beratung über Wege zum Haupt- oder Realschulabschluss.
Zielgruppe:
Jugendliche und Erwachsene ohne anerkannten Schulabschluss
Kontakt: Barbara Fritsch
Tel. 0711 1873-704, barbara.fritsch@vhs-stuttgart.de

Abendgymnasium
Beratung zu Rahmenbedingungen und persönlichen Voraussetzungen, welcher Bildungsabschluss am Abendgymnasium für Sie sinnvoll ist.
Kontakt: Isabelle Lessing, isabelle.lessing@vhs-stuttgart.de

Anerkennung vorhandener/ mitgebrachter Qualifikationen

Profilpass
Mit dem Profilpass werden Fähigkeiten und Kompetenzen erfasst und dokumentiert, die in unterschiedlichen Lebensbereichen (Familie, Freizeit, Beruf u.a.) erworben wurden.
Kontakt: Barbara Fritsch
Tel. 0711 1873-704, barbara.fritsch@vhs-stuttgart.de

AMIQA
AMIQA: Anerkennung von mitgebrachten Qualifikationen aus dem Ausland. Wir beraten Sie für Ihre Zeugnisanerkennung.
Zielgruppe: Migrant/innen, die in Deutschland ihren im Ausland erlernten Beruf ausüben möchten
Kontakt: Karin Abeßer
Tel. 0711 1873-718, karin.abesser@vhs-stuttgart.de

Beratung zu allgemeiner und beruflicher Weiterbildung

Personenbezogene Erstberatung
Persönliche Orientierung, Standortbestimmung und Weiterbildungsmöglichkeiten
Kontakt: Ulrike Rinnert
Tel. 0711 1873-738, ulrike.rinnert@vhs-stuttgart.de

Allgemeine und berufliche Weiterbildungsberatung
Bildungswege und Bildungseinrichtungen
Kontakt: Wolfgang Schierbaum
Tel. 0711 1873-727, wolfgang.schierbaum@vhs-stuttgart.de

Lernberatung
Wie kann ich erfolgreich lernen? Lerntypbestimmung, Zeitmanagement
Kontakt: Wolfgang Nagel
Tel. 0711 1873-737, wolfgang.nagel@vhs-stuttgart.de

Wiedereinstieg in den Beruf
(Neu-)Orientierung und Weiterbildungsmöglichkeiten
Kontakt: Ulrike Rinnert
Tel. 0711 1873-738, ulrike.rinnert@vhs-stuttgart.de

Beratung für Migrant/innen
Deutsch als Fremdsprache/Deutsch und Integration
Orientierung nach Abschluss der Integrationskurse
Kontakt: Maria Nizenkov
Tel. 0711 1873-762, -769, maria.nizenkov@vhs-stuttgart.de
Renata Delic
Tel. 0711 1873-769, renata.delic@vhs-stuttgart.de

Fremdsprachen
Sprachlernberatung und Sprachniveau-Bestimmung
Kontakt: Martina Wöhr
Tel. 0711 1873-733, martina.woehr@vhs-stuttgart.de

Bildungsprämie

Beratung zur Förderung von Fortbildungskosten.
Mit der Bildungsprämie werden 50% der Fortbildungskosten – max. 500,00 EUR – durch den Staat finanziert.
Zielgruppe: Personen ab 25 Jahren, Erwerbstätige/Selbständige
Kontakt: Cerstin Adam
Tel. 0711 1873-725, cerstin.adam@vhs-stuttgart.de
Bärbel Schindler
Tel. 0711 1873-728, baerbel.schindler@vhs-stuttgart.de

Die Bildungsprämie wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung und aus dem Europäischen Sozialfond der Europäischen Union gefördert.
www.bildungspraemie.info

Weitere Informationen zur Weiterbildungsberatung finden Sie unter www.lnwbb.de und unter www.vhs-stuttgart.de/Beratung)

Das Kompetenzzentrum Beratung an der vhs stuttgart bietet darüber hinaus folgende Beratungsleistungen an:

Nähere Informationen zu den einzelnen Beratungsangeboten finden Sie in den Fachbereichen und im Internet auf www.vhs-stuttgart.de/Beratung sowie bei den jeweiligen Kontaktpersonen.
Vereinbaren Sie bitte Ihren persönlichen Beratungstermin mit den angegebenen Kontaktpersonen.

Kursberatung

Allgemeine Kursberatung
Beratungen zu einzelnen Kursen, Lehrgängen sowie zu Einzelunterricht erhalten Sie in den jeweiligen Fachbereichen.
Ausführliche Kursbeschreibungen, Hinweise auf Informationsabende und Einstufungstests finden Sie im Programmbuch und auf der Webseite direkt beim Kurs.

Berufliche Fort- und Weiterbildung
Information und Beratung zu den speziellen beruflichen Angeboten und IHK-Lehrgängen an der vhs stuttgart.
Zielgruppe: Berufstätige (kaufmännische Berufe), Wiedereinsteiger/innen, Quereinsteiger/innen
Kontakt: Wolfgang Schierbaum
Tel. 0711 1873-727, wolfgang.schierbaum@vhs-stuttgart.de
Gebühr: keine

ESF-Fachkursförderung
Beratung zu finanziellen Fördermöglichkeiten der beruflichen Weiterbildung.
Kontakt: Wolfgang Schierbaum
Tel. 0711 1873-727, wolfgang.schierbaum@vhs-stuttgart.de
Gebühr: keine

Personenbezogene Beratung und Begleitung

Coaching/Supervision
Ziel ist hier, Menschen in Entscheidungssituationen zu unterstützen, Perspektiven zu klären sowie persönliche und berufliche Neuorientierung zu unterstützen und zu begleiten.
Kontakt: Ulrike Rinnert, CTA
Tel. 0711 1873738, ulrike.rinnert@vhs-stuttgart.de
Gebühr: auf Anfrage

Die vhs stuttgart ist zugelassener Träger für die Förderung der beruflichen Weiterbildung nach dem Recht der Arbeitsförderung. Zugelassen durch die QUACERT Gesellschaft.

Zertifizierung von Qualitätsmanagementsystemen mbH (www.quacert.de)
Erstzertifizierung am 28.01.2009,
Rezertifizierung Dezember 2014
Reg.Nummer QC-AZWV-Z-08/069-001

„damit wir klug werden“
(Ps 90,12)

Bildung und Allgemeinbildung als Menschenrecht

Vortrag zum Deutschen Evangelischen Kirchentag von
Prof. Dr. Josef Schrader, Wissenschaftlicher Direktor Deutsches Institut für Erwachsenenbildung, Leibniz-Zentrum für Lebenslanges Lernen e.V., Bonn

Podiumsdiskussion mit
Prof. Dr. Josef Schrader,
Pfarrerin Monika Renninger,
Dagmar Mikasch-Köthner,
vhs stuttgart

Foto: Praha L / ClipDealer

vhs

Lass dich mal sehen

Do, 04.06.15, 19.00 - 20.30
TREFFPUNKT Rotebühlplatz
Eintritt frei
www.vhs-stuttgart.de

AGB

Allgemeine Geschäftsbedingungen der volkshochschule stuttgart

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen gelten für alle Anmeldungen und werden durch die Anmeldung anerkannt. Für die Richtigkeit der im Programmbuch abgedruckten Daten wird keine Gewähr übernommen.

1. Vertragsschluss

Die Ankündigung von Veranstaltungen ist unter Vorbehalt. Nach Anmeldung zu einer Veranstaltung und mit Übersendung der Anmeldebestätigung ist der Vertrag wirksam geschlossen. Hiervon ausgenommen sind abweichende Regelungen für bestimmte Fremdsprachenkurse (Punkt 10.) und für Wanderungen/Studienfahrten (Punkt 11.).

2. Gebühren

Die Gebühren werden bei Kursbeginn zur Zahlung fällig. Die Bezahlung erfolgt in der Regel per SEPA-Lastschrifteinzug; ansonsten in bar im TREFFPUNKT Rotebühlplatz. Das Zustandekommen einer Veranstaltung ist nicht vom Zeitpunkt des Gebühreneinzugs durch die volkshochschule stuttgart abhängig. Bei Übernahme der Gebühr durch einen Dritten (Fremdzahler, bspw. Arbeitgeber) ist eine vom Zahler zu unterschreibende Kostenübernahmeerklärung auszustellen. Erstrecken sich Veranstaltungen über mehrere Semester, gilt die Anmeldung für die gesamte angegebene Dauer. In diesen Fällen ist grundsätzlich Ratenzahlung möglich, genauere Angaben bei den jeweiligen Kursen. Voraussetzung hierfür ist die Zahlung per SEPA-Lastschrift und die Erteilung eines sog. Mandats/Erlaubnis zum Einzug mittels SEPA-Lastschrift. Bei Rücklastschriften trägt der/die Teilnehmer/in die dadurch entstehenden Kosten.

3. Ermäßigung

Ermäßigungsgründe können nicht kumuliert werden.

3.1 In den folgenden Fällen ist eine Gebührenermäßigung ausgeschlossen:

- Veranstaltungen mit einer Gebühr bis zu 10 EUR.
- Einzelunterricht/Einzeltrainings
- Studienfahrten, Studienreisen und Wanderungen
- Prüfungen
- Fortbildungen im Rahmen der Kursleiterakademie
- Veranstaltungen mit Kooperationspartnern
- Bei mehrsemestrigen Veranstaltungen (bspw. Lehrgängen) können hiervon abweichende Regelungen getroffen werden, die vertraglich vereinbart werden.
- Ausschließlich für Kinder und Jugendliche bis zum 17. Lebensjahr ausgeschriebene Veranstaltungen, für die bereits eine ermäßigte Gebühr ausgewiesen ist mit Ausnahme der Bonuscard
- Bei Veranstaltungen, für die Förderungen in Anspruch genommen werden können (bspw. Meister-BAföG).
- Bei Anmeldung zu Veranstaltungen, für die eine Firma/Institution die Gebühr ganz oder teilweise trägt (Kostenübernahmeerklärung).
- Bei Kostenerstattungen im Rahmen von Umschulungen nach dem SGB III (gefördert durch die Bundesagentur für Arbeit). Verbindliche Auskünfte sind bei der Geschäftsstelle und bei der Bundesagentur für Arbeit erhältlich.
- Sachkosten (Lehrbücher, Seminarunterlagen, Arbeitsmaterial etc.) Ausnahme: Einzelfallregelungen (z.B. in besonderer finanzieller/familiärer Situation o.ä.) werden geprüft – bitte wenden Sie sich gegebenenfalls an die zuständige Fachbereichsleitung.

3.2 Gruppe A/Ermäßigung 10%:

Anmeldung und Vorlage eines entsprechenden gültigen Nachweises bzw. Ausweises bei allen Anmeldestellen. Zur Gruppe der Berechtigten gehören

- Kinder und Jugendliche bis zu 17 Jahren
- Schüler/innen
- Auszubildende
- Praktikant/innen
- Au-pairs
- Studierende mit deutschem oder internationalem Studentenausweis
- Bundesfreiwilligendienst-Leistende
- Soziales- und Ökologisches Jahr-Leistende
- Rentner mit Wohngeldberechtigung
- Schwerbehinderte ab 50 % Minderung der Erwerbsfähigkeit

3.3 Gruppe B/Ermäßigung 40%:

Anmeldung und Vorlage eines gültigen Nachweises (Leistungsbescheid, der nicht älter als 3 Monate ist) in den Anmeldestellen der volkshochschule stuttgart im TREFFPUNKT Rotebühlplatz, in Bad Cannstatt und im Veranstaltungszentrum Ost.
Zur Gruppe der Berechtigten gehören:

- Arbeitslose, die Leistungen von der Bundesagentur für Arbeit beziehen
- Empfänger/innen von Leistungen nach SGB II und SGB XII (Bonuscard)

4. Anmeldebestätigung

Bei Anmeldung erhalten Sie eine nicht übertragbare Anmeldebestätigung. Sollten Sie diese nicht vor Kursbeginn erhalten haben, so fragen Sie bitte an der Anmeldung oder im Fachbereichssekretariat nach.

5. Rechnungsstellung

Sie erhalten eine Rechnung in der Regel eine Woche vor Kursbeginn. Der Rechnungsbetrag wird am ersten Kurstag zur Zahlung fällig. (Ausnahme siehe Punkt 10).

6. Bonuscard + Kultur

Gegen Vorlage der Bonuscard + Kultur kann für die im Programm hierfür ausgewiesenen Veranstaltungen eine Freikarte erworben werden.

Freikarten werden an der Anmeldung im TREFFPUNKT Rotebühlplatz ausgegeben, Vorverkauf ist ebenfalls möglich.

7. Schnupperkarte

Die Schnupperkarte soll zu Beginn eines Kurses (1. oder 2. Termin) einen Einblick ins Kursgeschehen vermitteln. Sie soll an dem Tag gekauft werden, an dem der Kurs besucht werden möchte. Nicht möglich ist dies, wenn die Höchstteilnehmerzahl eines Kurses erreicht ist, als Auswahl von Einzelterminen aus einem Kurs oder wenn der Kursverlauf dadurch gestört würde.

Die Schnupperkarte kostet 8 Euro für max. 90 Minuten und 15 Euro für einen Kurstermin über 90 Minuten. Sie kann nur im TREFFPUNKT Rotebühlplatz erworben werden. Eine Ermäßigung ist nicht möglich, Sachkosten sind extra zu entrichten. Bei späterer Anmeldung zum Kurs wird die Gebühr für die Schnupperkarte angerechnet.

8. Teilnahmebescheinigung/Belegungsliste

Eine Teilnahmebescheinigung stellt die volkshochschule stuttgart auf Wunsch nach Abschluss einer Veranstaltung aus. Voraussetzung hierfür ist die Teilnahme an mindestens 80% der Unterrichtseinheiten. Die Teilnehmerliste dient als Nachweis über den regelmäßigen Besuch der Veranstaltungen (Kurse, Seminare, Vortragsreihen, Arbeitsgemeinschaften).

9. Mindestteilnehmerzahl

Voraussetzung für die Durchführung eines Kurses ist im Regelfall das Erreichen der Mindestteilnehmerzahl vor Beginn des Kurses.

Veranstaltungen, die am ersten Kurstermin nicht die geforderte Mindestteilnehmerzahl erreicht haben, können gekürzt durchgeführt werden. In diesen Fällen erfolgt die Kürzung unter Beachtung und Beibehaltung der geplanten Inhalte und Gesamtkonzeption. Teilnehmende, die mit dieser Kürzung nicht einverstanden sind, können schriftlich erklären, dass sie von dem Kurs zurücktreten. Sie erhalten dann die Kursgebühr zurück.

Ebenso können Kurse, die die jeweilige Mindestzahl nicht erreichen, unter Berücksichtigung inhaltlicher und organisatorischer Gesichtspunkte dann durchgeführt werden, wenn die Teilnehmer/innen zur Zahlung eines entsprechenden Gebührenaufschlages (Umlage) bereit sind.

Die Entscheidung (Verkürzung, Umlage) hierüber trifft die zuständige Fachbereichsleitung.

10. Fremdsprachenkurse

In Fremdsprachenkursen ab acht Terminen wird die Rechnung in der Regel bis zum vierten Kurstermin verschickt. Unter dem Vorbehalt der Einwilligung der Fachbereichsleitung gelten folgende Regelungen:

- Es besteht die Möglichkeit, auch nach Kursbeginn bis zum dritten Kurstermin einen Kurs zu belegen.
- Es besteht bis drei Werktage nach dem ersten Kurstermin die Möglichkeit, einmalig in einen anderen Sprachkurs zu wechseln.

11. Wanderungen und Studienfahrten

Sofern bei diesen Veranstaltungen die volkshochschule stuttgart lediglich als Vermittlerin auftritt, gelten die jeweiligen Regelungen des Reisebürogewerbes und der Leistungsträger.

12. Besondere Bedingungen für die Computernutzung

Verwendung von Software: Die im Rahmen des Kurses zugänglich gemachten Programme dürfen auf keine Weise verändert, vervielfältigt, verbreitet oder öffentlich zugänglich gemacht werden. Die Nutzung ist nur zum Zweck der Kursteilnahme zulässig. Bei Zuwiderhandlung haftet der Teilnehmende für die entstandenen Schäden.

Internetzugang: Soweit die volkshochschule stuttgart einen Internetzugang zur Verfügung stellt, ist dessen Nutzung nur zum Zweck der Kursteilnahme zulässig. Internetseiten mit pornografischem, rassistischem oder diskriminierendem Inhalt dürfen nicht aufgerufen werden. Bei Zuwiderhandlung haftet der Teilnehmende für die entstandenen Schäden.

Datenverlust, Computerviren: Jede/r Teilnehmende ist für die Sicherung seiner/ihrer Daten selbst verantwortlich. Die volkshochschule stuttgart übernimmt keine Haftung für Datenverlust. Die volkshochschule stuttgart übernimmt keine Haftung für Schäden, die durch die Anwendung erworbener Kenntnisse oder durch die Nutzung erstellter oder veränderter Programme oder durch Computerviren oder andere destruktive Programme verursacht werden.

13. Rücktritt/Rückzahlungen

a. Die volkshochschule stuttgart kann wegen zu geringer Beteiligung, Ausfall einer Dozentin/eines Dozenten oder aus anderen berechtigten Gründen vom Vertrag zurücktreten. In diesen Fällen werden bereits geleistete Zahlungen erstattet: Kursgebühren, die per SEPA-Lastschrift abgebucht werden, werden in diesen Fällen zurüüberwiesen. Kursgebühren, die bar bezahlt wurden, werden auf das

Guthabenkonto des Zahlers eingetragen und auf Wunsch im TREFFPUNKT Rotebühlplatz gegen Vorlage der Anmeldebestätigung wieder bar ausbezahlt. Weitergehende Ansprüche gegen die volkshochschule stuttgart sind ausgeschlossen.

b. Der Rücktritt eines/r Teilnehmer/in muss bis spätestens 6 Werktage vor Beginn des Kurses schriftlich oder telefonisch erfolgen. Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung. Wird bei der Ankündigung des Kurses im Programmbuch ausdrücklich eine andere Rücktrittsregelung genannt, so ist diese maßgebend. Entscheidend für die Einhaltung der Frist ist der Eingang des Rücktritts bei der volkshochschule stuttgart. Bei späterem Rücktritt erfolgt keine Rückerstattung der Kursgebühren. Rückzahlungen in bar erfolgen nur an der Anmeldung im TREFFPUNKT Rotebühlplatz.
c. Die Erklärung des Rücktritts gegenüber der/dem Dozentin/en ist unwirksam.
d. Bei mehrsemestrigen Veranstaltungen (Lehrgängen), Frauenakademie, Studienfahrten, Musikalischer Erwachsenenbildung gelten besondere Rücktrittsbedingungen. Information im jeweiligen Fachbereich.

14. Urheberrechtsschutz

Aus urheberrechtlichen Gründen weisen wir darauf hin, dass Fotografieren, Filmen und Mitschneiden auf Band in den Veranstaltungen nicht gestattet sind. Lehrmaterial darf ohne Genehmigung der volkshochschule stuttgart auf keine Weise verwertet, insbesondere nicht vervielfältigt, verbreitet oder öffentlich wiedergegeben werden.

15. Haftung

Die Haftung der volkshochschule stuttgart beschränkt sich auf Fälle, bei denen grobe Fahrlässigkeit oder Vorsatz seitens der volkshochschule stuttgart oder ihrer Erfüllungsgehilfen vorliegt. Abweichend hiervon haftet die volkshochschule stuttgart im Falle der Verletzung von Leben, Gesundheit oder Körper, sowie bei Verletzung wesentlicher Vertragspflichten auch bei einfacher Fahrlässigkeit.

16. Schadensminderungspflicht

Die Teilnehmenden sind verpflichtet, im Falle einer Störung oder eines Unglücksfalles alles Zumutbare zu tun, um zu einer Behebung der Störung beizutragen oder entstehende Schäden möglichst gering zu halten.

17. Salvatorische Klausel

Sollten einzelne Bestimmungen der Allgemeinen Geschäftsbedingungen ganz oder teilweise nichtig sein, wird hierdurch die Wirksamkeit der übrigen Vertragsteile nicht berührt.

Die unwirksame Bestimmung oder deren unwirksamer Teil sind durch eine Reglung zu ersetzen, welche dem mutmaßlichen Willen der Parteien entspricht oder ihm wirtschaftlich am nächsten kommt.

18. Hausordnung

Die volkshochschule stuttgart ist Gast in den von ihr genutzten Gebäuden. Wir bitten, die Hausordnung zu beachten, in den Gebäuden nicht zu rauchen und auf Schulgeländen nicht zu parken. Weltanschauliche, parteipolitische oder wirtschaftliche Werbung in den Veranstaltungen der volkshochschule stuttgart ist nicht gestattet.

19. Ferien und Feiertage

Soweit nicht anders angegeben bzw. vereinbart, finden die Kurse an gesetzlichen Feiertagen und in der Regel während der Schulferien nicht statt. Änderungen vorbehalten.

20. Schriftform

Abweichende Vereinbarungen bedürfen der Schriftform. Dies gilt auch für die Aufhebung dieses Erfordernisses.

21. Datenschutz

Die Erhebung personenbezogener Daten erfolgt ausschließlich für eigene Geschäftszwecke. Ihre Daten bleiben zehn Jahre bei uns gespeichert. Die Angaben zu Alter und Geschlecht dienen ausschließlich statistischen Zwecken und damit einer besseren Planung des Programms. Dem Datenschutz gem. BDSG wird Rechnung getragen. Die im Rahmen einer Anmeldung angegebenen personenbezogenen Daten werden vertraulich behandelt (§ 3 Abs. 1 BDSG). Die Teilnehmer/innen, die im EDV-Schulungsnetz ihre Daten speichern, sind damit einverstanden, dass die von ihnen im Rahmen der Kurse gespeicherten Daten nach Beendigung des Kurses von der volkshochschule stuttgart gelöscht werden.

22. Gerichtsstand

Erfüllungsort ist Stuttgart. Gerichtsstand für alle sich aus dem Vertragsverhältnis begebenden Streitigkeiten ist ebenfalls Stuttgart, so fern der/die Vertragspartner/in Kaufmann ist.

23. Schlussbestimmung

Mit der Bekanntgabe dieser Geschäftsbedingungen verlieren alle früheren ihre Gültigkeit.

Stand: 29. Januar 2015

Widerrufsbelehrung nach Fernabsatzrecht

Für den Fall, dass die Anmeldung nach den Vorschriften über den Fernabsatz zustandekommt, finden Sie nachfolgend die gesetzlich vorgeschriebene Belehrung über Widerrufsrecht und Widerrufsfolgen:

Widerrufsbelehrung

Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) und telefonisch widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Artikel 246 § 2 in Verbindung mit § 1 Abs. 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312 e Abs. 1 Satz 1 BGB in Verbindung mit Art. 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

Der Widerruf ist zu richten an:

Volkshochschule Stuttgart e.V., Postfach 104954, 70043 Stuttgart

Tel. 0711 1873-800, Fax 0711 1873-709, E-Mail: info@vhs-stuttgart.de

Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z.B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns insoweit ggf. Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

Ende der Widerrufsbelehrung

Impressum

Projektteam Medienplanung und Koordination
Cerstin Adam, Kirstin Brehm, Binnaz Dogan,
Ilona Haas, Evita Santopietro, Katrin Wahner
Team Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Katja Armbruckner, Cornelia Merk, Viktoria Rein,
Elvira Schuster, Nicola Schwarz

Redaktion
Katja Armbruckner, Elvira Schuster

Titel und Layout
Kemnitz+Mares

Satz
Pressehaus Stuttgart Infotechnik GmbH,
Plieninger Straße 150, 70567 Stuttgart

Druck
Pressehaus Stuttgart Druck GmbH,
Plieninger Straße 150, 70567 Stuttgart

Anzeigen
Stuttgarter Zeitung Werbevermarktung GmbH,
Plieninger Straße 150, 70567 Stuttgart

volkshochschule stuttgart
Postfach 10 49 54, 70043 stuttgart
Fritz-Elsas-Straße 46/48, 70174 Stuttgart
Telefon 0711 1873-800, Fax 0711 1873-709
info@vhs-stuttgart.de, www.vhs-stuttgart.de
Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen der vhs

Verantwortlich
Dagmar Mikasch-Köthner
Direktorin der vhs stuttgart

volkshochschule stuttgart e.V.

Die volkshochschule wird von einem eingetragenen gemeinnützigen Verein getragen und von der Landeshauptstadt Stuttgart und dem Land Baden-Württemberg gefördert.
Vorsitzende des Trägervereins: Direktorin Dagmar Mikasch-Köthner
Aufsichtsratsvorsitzender: Oberbürgermeister Fritz Kuhn
Postadresse: Postfach 104954, 70043 Stuttgart
Bankverbindung: Baden-Württembergische Bank
IBAN DE 19 60050101 000 2055338
BIC SOLADEST600

Anmeldung, Semestertermine, Öffnungszeiten
Telefon 0711 1873-800

vhs stuttgart im Internet
www.vhs-stuttgart.de

...darüber hinaus

Wenn Sie weitere Informationen brauchen:
- unsere Fachbereichssekretariate geben Ihnen gerne persönlich und telefonisch Auskunft
- wir senden Ihnen ggf. weitere Kursunterlagen zu
- auch im Internet stehen weitere Informationen zu den einzelnen Kursen zur Verfügung: www.vhs-stuttgart.de
- bitte beachten Sie auch unsere FAQ
- oder abonnieren Sie unseren Newsletter auf unserer Website: www.treffpunkt-rotebuehlplatz.de oder www.vhs-stuttgart.de

Kinderbetreuung für Kinder ab 2 Jahren, deren Eltern an Veranstaltungen und Kursen des TREFFPUNKT Rotebühlplatz teilnehmen.
Montag bis Freitag von 8 bis 13 Uhr gebührenfrei
Kontakt: Tel. 0711 1873-881

Beachten Sie bitte unsere Fortbildungsangebote für Dozentinnen und Dozenten in der Fortbildungsakademie.
www.vhs-stuttgart.de -› Fortbildungsakademie
Kontakt: Pilar Rolfs, Tel. 0711 1873-747

Hinweise für Menschen mit Einschränkungen

TREFFPUNKT Rotebühlplatz, Rotebühlplatz 28
S-Bahn: S 1 bis S 6 Stadtmitte,
Stadtbahn: U 2, U 4, U 14 Rotebühlplatz
Bus 43 Rotebühlplatz
- alle Veranstaltungen des TREFFPUNKT Rotebühlplatz sind für Rollstuhlfahrende und Gehbehinderte erreichbar über Aufzüge oder stufenlose Zugänge (Steigungen bis 6%)
- automatischer Türöffner am Eingang „Fritz-Elsas-Straße“
- behindertengerechte Aufzüge
- behindertengerechte WCs
- im Veranstaltungssaal (Robert-Bosch-Saal und Theodor-Bäuerle-Saal) können für Hörbehinderte bei Bedarf Induktionsschleifen eingeschaltet werden (Auskunft bei Anmeldung)

vhs ökostation, Wilhelm-Blos-Straße 129
S-Bahn: S 4, S 5, S 6 bis Nordbahnhof
Stadtbahn: U 6, U 7, U 15 bis Löwentorbrücke
Bus 43, 44, 50, 57 oder U 5 bis Killesberg
- die Veranstaltungsräume der vhs ökostation und das Gelände sind für Rollstuhlfahrende erreichbar
- behindertengerechtes WC
- Parkplatz vor dem Haus

Die anderen Veranstaltungsorte in der Innenstadt und in den Stadtteilen sind leider nicht barrierefrei. In Einzelfällen sind wir dort auf Anfrage gerne behilflich.

Anmeldung

Sie können sich online, telefonisch und persönlich bei uns anmelden, auch während des Semesters.
Mit Ihrer Anmeldung erkennen Sie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (siehe Seite 78 ff.) an.

persönlich bei der vhs stuttgart
TREFFPUNKT Rotebühlplatz, Rotebühlplatz 28, 70173 Stuttgart
Haltestelle Stadtmitte
Mo–Fr 8–20 Uhr, Sa 8–13 Uhr

vhs-Zentrum Ost, Ostendstraße 110 (2. OG), 70188 Stuttgart
Mo–Fr 9–12 Uhr
Nicht in den Schulferien, keine Barzahlung möglich.

vhs im Treffpunkt Bad Cannstatt, Kreuznacher Str. 13,
70372 Bad Cannstatt
NEU: Gerne nehmen wir Ihre schriftlichen Anmeldungen in der Zeit von Mo–Fr 8.30–11 Uhr und 12.00–14.00 Uhr entgegen.
Nicht in den Schulferien, keine Barzahlung möglich

Telefonisch
Telefon 0711 1873-800, Mo–Fr 8–20 Uhr, Sa 8–13 Uhr
(Zustimmung zum Bankeinzug ist Voraussetzung)

Online
www.vhs-stuttgart.de
(Zustimmung zum Bankeinzug ist Voraussetzung)

Per Fax
Faxnummer 0711 1873-858
(Zustimmung zum Bankeinzug ist Voraussetzung)
Eine Anmeldekarte zum Faxen finden Sie im Umschlag

Kostenübernahme durch Dritte
Den Vordruck finden Sie unter: www.vhs-stuttgart.de im Bereich Service/Downloads

Hinweis zur Anmeldung
Für Kurse erhalten Sie neben der schriftlichen Bestätigung bei der Anmeldung zusätzlich eine Rechnung, die zeitnah zu Beginn des Kurses versendet wird. Die Gebühren für die Kurse werden erst ab Kursbeginn eingezogen.

An der vhs ökostation Wartberg, im TREFFPUNKT Bad Cannstatt und im Veranstaltungszentrum Ost sind keine Barzahlungen möglich.
Bitte melden Sie sich per Lastschrift oder per Barzahlung im TREFFPUNKT Rotebühlplatz, Rotebühlplatz 28, 70173 Stuttgart, an.

Menschen mit besonderem Unterstützungsbedarf melden sich bitte an bei Katrin Wahner, Tel. 0711 1873-717,
katrin.wahner@vhs-stuttgart.de

KULTUR FÜR ALLE STUTTGART

Kostenfrei Kultur erleben!

Die Initiative KULTUR FÜR ALLE Stuttgart macht sich dafür stark, dass auch Menschen mit wenig Geld am kulturellen Angebot teilhaben können.
Die vhs stuttgart ist eine von mehr als 70 Kultureinrichtungen, die sich an diesem Projekt beteiligen. Inhaber/innen der „Bonuscard + Kultur“ können ausgewählte Veranstaltungen bei uns kostenlos besuchen. Angaben dazu finden Sie bei den Kursdetails der jeweiligen Veranstaltung.